



UNIVERSEEL SOEFISME ASSEN

Nieuwsbrief september 2025

Lieve Soefi vriendinnen en vrienden,

Een van de mooie eigenschappen van 'mens-zijn' is dat we ons kunnen ontwikkelen in wie we zijn, hoe we handelen en wat we zijn. Onze manier van denken, spreken en handelen ligt niet vast, hoewel het wel gevormd en soms ook gevangen is, door alles wat we hebben meegemaakt. Veel is mogelijk en gelijktijdig ontdekken we dat er grenzen en andere krachten zijn.

Over 'groeien' willen we graag de volgende tekst delen:



Groeien is:

Ontdekken wat je graag doet en wat niet;
Ontdekken van welke mensen je houdt en van welke niet.

Groeien is:

Heel langzaam, met pijn gaan beseffen
Dat het allemaal anders had kunnen lopen,
Maar dat het niet meer anders hoeft.

Groeien is:

Steeds meer inzicht krijgen,
In hoe je bent gevormd en wat jouw gewoonten zijn,
En deze loslaten, aanpassen aan wat nu past.

Groeien is:

Je eigen evenwicht ontdekken,
Aanvaarden dat je zo bent geworden als je bent
En toch kunt leren anders te zijn.

Groeien is:

Wachten, geduldig zijn.
Ieder heeft zijn eigen tempo; alles op zijn tijd;
Wachten tot de tijd rijp is, voor deze stap en dan
weer de volgende.

Groeien is:

Je durven laten drijven, maar zien waar je uitkomt;
Je bent mens, een zaadje; een hoopvol begin.



Een gedicht dat uitstraalt dat ieder mens invloed heeft op het leven van alledag en gelijktijdig een klein onderdeel is van alles wat er zich afspeelt in de wereld. Deze gedachte wordt verder uitgewerkt in het thema: Welke invloed heb ik?

Daarnaast vind je in deze Nieuwsbrief informatie over onze activiteiten in het komende seizoen.

Veel lees- en kijkplezier gewenst.

NasiBan en Gert

AGENDA

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

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

We komen bij elkaar in het gebouw: Loge van de Odd Fellows, Hendrik de Ruitersstraat 2 in Assen, schuin tegenover het NS-station. De diensten zijn ook via Zoom te volgen.

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

dienst	datum	spreker
I.D.	21 september 2025	Gert van der Zande+ zegening van Micha zoon van Zafira en Tim
U.E.	19 oktober 2025	Martin van der Graaff
I.D.	16 november 2025	Alican Yardukal
I.D.	21 december 2025	Peter Buisman. We vieren ook samen de lichtceremonie en er is een gezamenlijke maaltijd.



Spirituele activiteiten in Assen

Naast de maandelijkse diensten zijn er de volgende activiteiten:

- **Meditatie**

De meditatieavond biedt de mogelijkheid om in het drukke leven van alle dag even stil te worden en tot jezelf te komen. Er zijn rond een thema afwisselend muziek, stilte en teksten.

Tijd: 19.30-21.00 uur

Data: 1-10, 5-11, 3-12, 4-2, 4-3, 1-4 (eerste woensdag van de maand)

Plaats: NasiBan en Gert; Pijlkruidstraat 26, Assen

Contactpersoon: NasiBan Vinke; soefi.assen@ziggo.nl

Voor: Iedereen, zowel fysiek als via Zoom (op aanvraag) te volgen.



- **Verkenning van spirituele thema's**

We verkennen samen de betekenis van verschillende spirituele verhalen gekoppeld aan teksten van Hazrath Inayat Khan. Centraal staat een open ontmoeting rond het betreffende verhaal in respect voor elkaars mening.

Tijd: 10.00-12.00 uur

Data: 8-10, 12-11, 10-12, 11-2, 11-3, 8-4 (tweede woensdag van de maand)

Plaats: Rieta en Wim; De Vallei 40, Assen

Contactpersoon: Janna Kuipers;
jannakuipers52@gmail.com

Voor: Iedereen

- **Spiritual Healing en Zikr**

We ondersteunen door een ritueel zieke mensen (healing) en we doen een ritueel (zikr) waarin we ons verbinden met de Ene. Het is mogelijk om één of beide rituelen mee te maken.

Namen voor de healing kunnen worden doorgegeven aan Aziz (van.leuveren.piet@gmail.com).

Tijd: 19.00-20.00 uur Spiritual Healing; 20.30-21.45 uur Zikr

Data: 15-10, 19-11, 17-12, 21-1, 18-2, 18-3, 15-4 (derde woensdag van de maand)

Plaats: NasiBan en Gert; Pijlkruidstraat 26, Assen

Contactpersoon: Aziz van Leuveren; van.leuveren.piet@gmail.com

Voor: Op uitnodiging; Heb je belangstelling, meld je dan bij de contactpersoon.

- **Soefi-kring**

We bespreken teksten van Hazrath Inayat Khan uit de Githa, doen Soefi-oefeningen en delen onze ervaringen.

Tijd: 10.00-12.00 uur

Data: 24-9, 22-10, 26-11, 28-1, 25-2, 25-3, 22-4 (vierde woensdag van de maand)

Plaats: NasiBan en Gert; Pijlkruidstraat 26, Assen

Contactpersoon: Gert van der Zande; soefi.assen@ziggo.nl

Voor: Op uitnodiging; Heb je belangstelling, meld je dan bij de contactpersoon.

Er zijn geen kosten aan de activiteiten verbonden. Een aantal activiteiten is ook via Zoom (op aanvraag) te volgen. Nadere info is te verkrijgen bij de betreffende contactpersoon of via mail: soefi.assen@ziggo.nl of via telefoonnummer: 06-42220870 of 06-13971936.

Heb je belangstelling, meld je dan aan bij de betreffende contactpersoon.

Landelijke activiteiten

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

Website

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

De vijf elementen

Het thema van de spirituele thema ochtenden 2024/2025.

Aan de hand van eerder gemaakte collages bespreken we op de betreffende woensdagochtend een bepaald element. We komen bij elkaar in het nieuwe huis van NasiBan en Gert, waar we ontvangen worden met koffie of thee.



Aarde



Water

De 5 elementen zijn aarde, water, vuur, lucht en ether.

'In ieder menselijk lichaam zijn elk van de vijf Elementen vertegenwoordigd. Daarom heeft de mens toegang tot al het geschapene. Het is goed om deze bron van kennis tot ons te nemen, het helpt om zowel onszelf als de medemens beter te leren begrijpen.' (uit: Soefi Elementen ritueel).

En zo begonnen we met het element aarde. Wat roept het bij ons op, wat zegt dit element ons, enz... Het bleek al gauw dat niet iedereen dezelfde associaties had van het element en dat leverde boeiende gesprekken op. We merkten gaandeweg dat er veel meer over de elementen te vertellen is, dan we aanvankelijk dachten en dat er toch veel raakvlakken waren. De uitwisseling van gedachten leverden stof op tot nadenken. Heel mooi.

Na de koffie en muziek namen we de affirmaties tot ons en kozen we ieder er één uit die het beste bij ons paste op dat moment. De affirmatie die ik uitkoos bij het element aarde past nog steeds heel goed bij mij: "Ik ben in harmonie met het natuurlijke ritme van het leven".



Vuur



Lucht

Geïnspireerd door de bestaande collages heb ik thuis voor ieder element een collage gemaakt. Dat was niet alleen heel leuk om te doen, maar het bracht mij ook extra verdieping in het onderwerp.

NasiBan begeleidde ons met de specifieke ademhaling van ieder element. Aan het einde van de ochtend trokken we nog een kaart die iedere keer heel verrassend aansloot bij de persoon in kwestie.

Het is heel fijn om zo met elkaar van gedachten te wisselen in harmonie, waar ook schoonheid en liefde bij betrokken zijn.

Volgend jaar is het thema 'verhalen', daar verheug ik mij op.

Annemarie van der Kolk

THEMA: Welke invloed heb ik?

Het leven is een cadeau en biedt ons het voorrecht, de kans en de verantwoordelijkheid om iets terug te geven.

Tony Robbins



Rimpels in het water

Enkele beelden over de invloed van de mens bij een meer.

Een mens staat aan de rand van een groot meer. Hij laat een klein kiezelsteentje, zo'n meter van de kant, in het water vallen. Plons. Het water rimpelt in cirkels om de plek waar het steentje is gevallen. Bij de oever valt het water stil en in de richting van het grote meer worden de cirkels al groter en groter tot ze bijna niet meer te zien zijn.

Deze zelfde mens pakt een baksteen en laat deze baksteen, ook weer zo'n meter van de kant, in het water vallen. Een hardere plons en vervolgens opnieuw cirkels van golfjes om de plek waar de steen gevallen is. De golfjes zijn alleen hoger dan bij het kiezelsteentje.

Nogmaals liet de mens een baksteen in het water vallen. Hetzelfde effect. Er vaart een boot op het meer loodrecht door de cirkel van golfjes, veroorzaakt door de baksteen. Onmiddellijk zijn deze golfjes niet meer te zien. Zijn ze verdwenen?



Het is winter. Het meer is bevroren. De mens staat op het ijs en laat een kiezelsteentje vallen, zo'n meter bij hem vandaan. Er lijkt niets te gebeuren, maar als je goed voelt is er een kleine trilling in het ijs. Zou deze trilling de oever aan de overkant van het meer bereiken?

Deze zelfde mens, staand op het ijs op het meer, pakt een baksteen en laat deze op het ijs vallen. Opnieuw lijkt er weinig te gebeuren, maar de trilling is beter voelbaar.

Beelden die symbolisch iets vertellen over de invloed die je als mens hebt in het leven van alledag. Het maakt uit met welke intensiteit en kracht je iets doet. De baksteen heeft meer impact dan het kiezelsteentje. Je eigen vaardigheden en beperkingen spelen hier ook een rol. Het effect dichtbij is groter dan verderaf. De golfjes in het water worden steeds minder hoog. Het effect van de vallende baksteen werd verstoord door een boot. Zo kan de invloed van het handelen, spreken en denken van een mens beperkt worden door het handelen van andere mensen, de natuur, de Ene. En tenslotte maakt het ook nog uit hoeveel weerstand er is. Is het water vloeibaar of is het ijs. Misschien kun je wel zeggen dat alles wat je als mens doet, zegt of denkt invloed heeft, maar dat de effecten verschillen.

God, Geef me de moed om te veranderen wat ik kan veranderen.
Geef me de wijsheid om te accepteren wat ik niet kan veranderen.
Geef me het inzicht om het verschil tussen beide te zien.
Om één dag tegelijkertijd te leven.
Om van één moment tegelijkertijd te genieten.
Om moeilijke tijden te accepteren als het pad naar de vrede.
Om deze wereld vol moeilijkheden te aanvaarden zoals hij is, niet zoals ik zou willen.
Om erop te vertrouwen dat U alle dingen zal rechtzetten, als ik me aan Uw wil overgeef.
Zodat ik in dit leven gelukkig genoeg zal zijn
en voor altijd volmaakt gelukkig met U in het volgende leven. Amen

Franciscus van Assisi



Verantwoordelijkheid

In de Koran staat dat God zijn vertrouwen aanbood aan de hemelen en de aarde en de bergen, maar dat zij het weigerde omdat zij het niet konden dragen; en dat toen God Zijn vertrouwen aanbood aan de mens, die het wel aannam. Vertrouwen betekent hier verantwoordelijkheid. De waarde van de mens is zo groot als zijn verantwoordelijkheid.



...

De ongelukkige taak om te zwoegen en zijn brood te verdienen valt de mens toe, maar dat is de prijs die hij betaalt voor zijn vertrouwen in zichzelf, voor zijn onafhankelijkheid en voor de verantwoordelijkheid die hij op zich neemt, verricht hij ongetwijfeld een belangrijk werk voor het mensdom, maar indien hij zozeer opgaat in zijn verantwoordelijkheid, dat hij alleen maar vertrouwt op zijn eigen beperkte krachten, en de bron vergeet waarvandaan zijn hulp komt, en indien hij zich niet bewust is van die kracht en wijsheid die naast hem staan, dan zal hij ongetwijfeld, met al zijn verantwoordelijkheid, tenslotte falen, ondanks alle kracht en macht die hij moge hebben.

...

Ik zou nooit iemand de raad geven zijn eigen verantwoordelijkheid opzij te zetten om de macht en de wijsheid te erkennen van God. Maar men behoort vol moed en vertrouwen te zijn wanneer moeilijkheden en schijnbare tegenspoed zich voordoen, door te erkennen dat er een sterkere macht is, dat er achter ons een volmaakte wijsheid staat en dat alles goed zal gaan. Hierdoor zal iemand uitrijzen boven zijn beperkte kracht en wijsheid en zal hij in staat zijn kracht en wijsheid te putten uit die onbeperkte bron, die hem, tenslotte tot welslagen zal voeren. Dan zal zelfs in geval van mislukking de erkenning van een volmaakte macht en wijsheid buiten ons, ons de kracht geven de mislukking te dragen en ons neer te leggen bij de wil van God.

Uit: 'De mens: meester van zijn lot' van Inayat Khan, blz. 171-174

Mogelijke interpretatie van de bedoeling van de bovenstaande tekst:

De mens is zelf verantwoordelijk voor zijn denken, spreken en handelen. Daardoor heeft hij invloed. Echter het is belangrijk dat de mens beseft dat hij beperkte krachten en wijsheid heeft. Andere mensen, de natuur, de Ene, enz. hebben ook krachten en invloed. De Ene (God) handelt op zijn/haar eigen wijze. Kennelijk niet te volgen en/of te begrijpen voor de mens, met als slotsom dat de mens wordt uitgedaagd om zijn eigen verantwoordelijkheid te nemen en gelijktijdig om te erkennen dat er andere krachten in deze wereld en in zijn leven aan het werk zijn. Dat vraagt om vertrouwen van de mens in de Ene.

Er is slechts één weg naar geluk
en dat is op te houden met je zorgen maken over dingen
waar je geen invloed op hebt.

Epictetus



Citaten van Inayat Khan:

- De optimist neemt het initiatief, de pessimist loopt achter hem aan.
- Een optimist riskeert verlies, een pessimist verspeelt de kans op winst.
- Optimisme is de vrucht van liefde.
- Optimisme komt van God, pessimisme komt voort uit de menselijke geest.
- Pessimist of optimist, je vindt altijd wel redenen om je standpunt te rechtvaardigen.
- De hand van God wordt zichtbaar in de invloed, die een levenssituatie beheerst.
- Weet dat achter het pad dat je kiest, juist of verkeerd, een machtige hand staat die je voorthelpt.
- Vertrouw op God, als je steun nodig hebt, dan zie je in alles Zijn verborgen hand.
- Mijn blote voeten! Bewandel de levensweg voorzichtig, anders klagen de doornen op je pad, dat je hen vertrapt.
- Als je per ongeluk in de modder stapt, hoef je nog niet op het modderige pad te blijven lopen.



Ik bid nooit... Ik verwacht niet dat God mij zal uitkiezen en mij voordelen zal geven ten opzichte van mijn medemensen... Het gebed lijkt me een uiting van zwakte en een poging om, door bedrog, de vastgelegde spelregels te vermijden. Ik weiger aan zwakheid toe te geven. Ik ga de uitdaging van verantwoordelijkheid aan.

Zora Neale Hurston

Verhaal: Gods wegen 1.

Het was warm en de moella (= dorpspriester) was moe en loom. De notenboom wierp zijn schaduw om zich heen en lokte. De omstandigheden voor een middagdutje waren ideaal.

Moella Nasroeddin droomde mijmerend weg en mediteerde over de noten die aan de boom hingen. Godvruchtig als hij was, leidden zijn bespiegelingen naar zijn favoriete onderwerp. Wat waren Gods wegen toch vreemd. Zulke kleine noten aan zo'n prachtige boom, terwijl de reusachtige pompoenen het met een lage struik moesten stellen!

Tevreden met zichzelf viel Nasroeddin in slaap: zelfs zijn middagdutje stond in teken van het hogere. Opeens schrok hij wakker van een noot die – pats – op zijn voorhoofd viel. Au!

Onmiddellijk stond Nasroeddin op, hief zijn armen ten hemel en riep uit: 'O Allerhoogste, vergeef me dat ik uw wegen heb betwijfeld. Uw wijsheid overstijgt alles en allen. Wat waar wou ik nu geweest zijn als aan deze boom pompoenen hadden gegroeid...!'



Verhaal: Gods wegen 2.

Op zijn ochtendwandeling stuitte moella Nasroeddin op een groepje kinderen. Ze hadden ruzie, dat was op een kilometer afstand al te ruiken. 'Wat is er aan de hand, kinderen?'

Ze hadden walnoten gevonden. Prachtig, maar over de verdeling waren ze het niet eens.

De moella bood aan te bemiddelen. 'Hoe willen jullie dat ik de walnoten verdeel? Naar menselijke maatstaven of volgens de gerechtigheid van Allah?'

De kinderen, het zal niemand verbazen, kozen voor het alwetende inzicht van de Allerhoogste.

Ahmed, de grootste en de sterkste van het stel, kreeg een flinke hand vol noten. Na een haastig bedankje ging hij er met zijn aandeel vandoor. Vol spanning wachtten de anderen af. Het begin van achterdocht nestelde zich in het bij aanvang zo sterke vertrouwen. Hoe zou de moella het verder afhandelen?



Mohammed, een iel en schriel mannetje, kreeg welgeteld vijf noten. Verbazing alom, want van de hoop walnoten was niet veel meer over. Fatima kreeg er drie, Karim de laatste twee en toen was de koek op. Teleurgesteld keek Rasjid naar de moella. 'Krijg ik niets? Je zou alles toch eerlijk verdelen?' 'Nee, Rashid, dat heb ik niet gezegd. Jullie kozen zelf voor een verdeling naar goddelijke maatstaven. En zijn Gods wegen niet ondoorgrondelijk?'

Uit: 'De sleutel in het donker' van: Moella Nasroeddin

Als je zit te wachten op iemand die jou kan redden, die jou kan repareren, die jou zelfs maar kan helpen, dan verspil je je tijd omdat enkel jij de macht hebt om de verantwoordelijkheid te nemen je leven vooruit te helpen.

Van: Oprah Winfrey

Handen

Zolang er handen zijn
Handen die willen geven
Zolang voelt de mens zich veilig
Geborgen bij de ander.

Zolang er handen antwoorden
Op uitgestoken, vragende handen
Zolang blijft de mens hopen
Verlangen naar uitkomst.



Zolang er handen zijn
Handen die laten voelen
Dat er nog leven in je is
Zolang mag je niet wanhopen.

Zolang er handen zijn
Handen die je brengen
Via de mensen naar 'de Grote hand'
Zolang zal de Ene je vasthouden.

Uit: 'Er zijn woorden voor' van Kees Harte

Je hebt niet de leiding over het universum; je hebt wel de leiding over jezelf.

Van: Arnold Bennett

Suggesties en/of teksten voor de Nieuwsbrief

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

Een bijdrage

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

Meer informatie

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

Voor meer informatie zie ook:

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

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

