



UNIVERSEEL SOEFISME ASSEN

Nieuwsbrief september 2026

Lieve Soefi vriendinnen en vrienden,

Met veel plezier pakken we de draad van onze activiteiten weer op in dit nieuwe seizoen 2026-2027. We hopen dat er voor ieder wat wils is en dat we ons individueel en als groep onderling inspireren en verder mogen en kunnen ontwikkelen op ons spirituele pad.

Als thema voor deze nieuwsbrief is gekozen voor:

Geluk.

- *Wat is geluk?*
- *Welk effect heeft geluk op je eigen leven en op onze manier van samen leven?*
- *Is geluk een spirituele ervaring?*
- *Is 'geluk' te maken of te pakken te krijgen?*



Iemand gaf als antwoord:

Geluk vind je niet als je alleen blijft zitten.

Geluk vind je niet op een onbewoond eiland.

Geluk vind je niet als je er alleen maar naar zoekt.

Geluk vind je wel als je met anderen samen bent.

Geluk vind je daar waar mensen elkaar ontmoeten.

Geluk vind je echt als je jezelf er daadwerkelijk voor inzet.

Iemand anders schreef:

Wat een geluk, wanneer je niets te verliezen hebt, want dan hoor je bij God thuis.

Wat een geluk, wanneer je niet oppervlakkig over alle ellende heen leeft, want je zult troosten en worden getroost.

Wat een geluk, wanneer je een mild mens bent, want je zult open harten vinden en ontmoeten.

Wat een geluk, wanneer je durft vergeven, want je zult met vriendelijkheid worden behandeld.

Wat een geluk, wanneer je vrede sticht, want dan zul je liefde, harmonie en schoonheid oogsten.

Wat een geluk, wanneer je goed doet, want je zult het overvloedig zien gebeuren.

Zomaar wat gedachten, die misschien wel de vraag oproepen naar wat jouw ervaringen zijn met geluk?

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
U.E.	20 september 2026	Martin van der Graaff
I.D.	18 oktober 2026	Peter Buisman
U.E.	15 november 2026	Aisha Couprie
I.D.	20 december 2026	Aziz van Leuven. 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. Per avond is er een thema. Het programma bestaat afwisselend uit muziek, stilte tot ongeveer 10 minuten en teksten. Soms is er een geleide meditatie, soms is er stilte met ruimte voor een eigen invulling. We sluiten de bijeenkomst af door samen even na te praten onder het genot van een kopje thee of koffie.

Tijd: 19.30-21.00 uur

Data: 30-9, 4-11, 2-12, 3-2, 3-3, 31-3

Plaats: NasiBan en Gert; Pijlkruidstraat 26, Assen

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

- **Verkenning van spirituele thema's**

In dit seizoen staan de tien Soefi-gedachten van Hazrath Inayat Khan centraal. Er is een boekje met deze gedachten en aanvullende teksten bij iedere Soefi-gedachte.

Één van de deelnemers kiest vooraf welke van de tien Soefi-gedachten er die bijeenkomst aan de orde komt. De betreffende deelnemer bereidt de bijeenkomst verder voor met bijv. vragen bij de gekozen Soefi-gedachte, een extra stukje tekst en/of muziek. Janna heeft samen met de betreffende deelnemer de leiding van de bijeenkomst.

Centraal staat een open ontmoeting rond het thema van de gekozen Soefi-gedachte in respect voor elkaars mening ter inspiratie en verdieping.

Tijd: 10.00-12.00 uur

Data: 7-10, 11-11, 9-12, 10-2, 10-3, 7-4

Plaats: Rieta en Wim; De Vallei 40, Assen

Contactpersoon: Janna Kuipers; jannakuipers52@gmail.com

- **Spiritual Healing en Zikr**

Het ritueel van spiritual healing heeft als intentie om zieke mensen te ondersteunen. Dit doen we door ons als groep te concentreren op de betreffende zieke persoon en zodoende energie en aandacht te geven voor het aankunnen van de eigen situatie en om zo mogelijk het herstel te bevorderen.

'Ik ervaar het als waardevol om voor anderen te bidden. Ik steek spiritueel gezien een helpende hand uit en stel me open in een gebaar van troost en steun. Zo wordt een verbinding gemaakt die zowel degene die geeft, als degene die ontvangt zegent.'

Namen voor de healing kunnen worden doorgegeven aan Aziz (van.leuveren.piet@gmail.com). Het tweede ritueel is de zikr. In dit ritueel verbinden we ons door woorden en gebaren met de Ene.

Het is mogelijk om één of beide rituelen mee te maken.

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

Data: 16-9, 21-10, 18-11, 16-12, 20-1, 17-2, 17-3, 14-4

Plaats: NasiBan en Gert; Pijlkruidstraat 26, Assen

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

- **Soefi-kring**

We bespreken teksten van Hazrath Inayat Khan uit de Gatha en de Gita, doen gebeden en Soefi-oefeningen. We delen in een open dialoog met elkaar wat de teksten bij ons oproepen en/of voor ons betekenen.

Tijd: 10.00-12.00 uur

Data: 23-9, 28-10, 25-11, 27-1, 24-2, 24-3, 21-4

Plaats: NasiBan en Gert; Pijlkruidstraat 26, Assen

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

Heb je belangstelling voor één of meerdere van deze activiteiten, meld je dan aan bij de genoemde contactpersoon. De contactpersoon zal je, vervolgens, voor iedere bijeenkomst een uitnodiging sturen. Bij sommige activiteiten vindt eerst een gesprek plaats om samen te bekijken of deze activiteit op dit moment passend is.

Er zijn geen kosten aan de activiteiten verbonden.

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

Landelijke activiteiten

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

Website

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

THEMA: GELUK



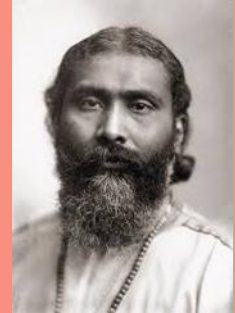
Geluk – je kunt er niet naartoe reizen en het niet bezitten, dragen of consumeren.

Geluk is de spirituele ervaring van elke minuut liefde, deugd en dankbaarheid.

Denis Waitley

Van kwikzilver naar goud, van een rusteloze geest naar geluk.

Volgens de alchemisten werd goud gemaakt uit kwikzilver; de aard van kwikzilver is om voortdurend in beweging te zijn, maar op een bepaalde manier wordt het kwikzilver eerst tot rust gebracht en dan wordt het zilver. Dit zilver moet dan worden gesmolten; daarna wordt het sap van een bepaald kruid erover uitgegoten waardoor het in goud verandert. ...



De ware verklaring van dit proces is, dat het kwikzilver de aard voorstelt van de immer rusteloze geest (mind). Vooral wanneer iemand probeert zich te concentreren, beseft hij pas hoe ongedurig de geest is. De geest is als een weerspanning paard. Met de ruiter in het zadel is het onhandelbaarder dan wanneer het op stal staat. Zo is het ook met de geest; hij wordt ongeduriger naarmate iemand hem meer in zijn macht probeert te krijgen, hij wordt dan zo beweeglijk als kwikzilver. Wanneer men door beoefening van concentratie de geest, het denkvermogen, heeft leren bedwingen, heeft men de eerste stap gezet op de weg van de vervulling van een heilige taak. ...

Wanneer het denkvermogen onder volmaakte beheersing is gebracht en niet langer ongedurig is, kan men elke gedachte zo lang vasthouden als men wil. Het zilver moet verhit worden voordat het kan smelten, en waarmede? Met die warmte welke de goddelijke essentie is in het hart van de mens en welke zich openbaart als liefde, verdraagzaamheid, sympathie, dienen, nederigheid, zelfverloochening, als een fontein die opbruist en neervalt in duizend druppels, die men elk een



deugd zou kunnen noemen en die alle komen uit die éne bron die verborgen ligt in het hart des mensen: het liefde-element; en wanneer de liefde ontgloeit in het hart, getuigen hiervan onze handelingen, bewegingen, de toon onzer stem, onze uitdrukking. Wanneer dat gebeurt, leeft een mens waarlijk; hij heeft de bron van geluk ontsloten die elke wanklank en gebrek aan harmonie overwint en de oorsprong is geworden van een goddelijke stroom.

Uit: Alchemie van geluk, blz. 11 en 12. Inayat Khan

Gelukkig is de mens die niet achter het geluk aanzit
als achter een vlinder,
maar dankbaar is voor alles wat hem gegeven werd!

Phil Bosmans



Mijmering

Ik dacht dat het leven ging om presteren,
nu weet ik dat het de momenten van liefde zijn die blijven.
Ik dacht dat ik alles zelf moest dragen,
nu weet ik hoe helend het is om gedragen te worden.
Ik dacht dat twijfel zwakte was,
nu weet ik dat twijfel de poort is naar wijsheid.
Ik dacht dat tijd vervliegt,
nu weet ik dat één blik de tijd kan stilzetten.
Ik dacht dat ik mezelf moest bewijzen,
nu weet ik dat ikzelf het bewijs ben.
Ik dan dat ik ooit bij mijn doel zou aankomen,
nu weet ik dat het leven zelf de reis is
en het einddoel altijd achter de kim ligt.

Ik dacht dat ik sterk moest zijn,
nu weet ik dat kracht begint waar het masker valt,
dat er moed zit in tranen, dat uiteindelijk de vrede altijd komt.

Ik dacht dat ik alles moest begrijpen,
nu weet ik dat het mysterie mij draagt,
dat niet alles weten het begin van vertrouwen is.

Ik dacht dat ik niet mocht falen,
nu weet ik dat de scheur het licht binnen laat,
het licht dat de duisternis altijd overwint.

Ik dacht dat de liefde vanzelf ging,
nu weet ik dat zij de volle aandacht vraagt
en dat ik thuis moet komen bij mezelf.

Ik dacht dat controle me zou redden,
nu weet ik dat meebewegen de oplossing is,
dat er rust komt als ik de teugels loslaat.

Ik dacht dat het leven een raadsel was dat ik moest oplossen,
nu weet ik dat het geen som is, maar een totaal mysterie,
nu weet ik als reiziger, ouder en wijzer,
dat ik me ieder moment mag verwonderen,
en zeg ik zachtjes, dankjewel, dankjewel, dankjewel.

Frans H. Micklinghoff
Ontvangen van Eala San



Laten we dankbaar zijn voor de mensen
die ons gelukkig maken:
zij zijn de charmante tuiniers
die onze ziel laten bloeien.

Marcel Proutst

Levensomstandigheden en geluk.

Hangt geluk af van levensomstandigheden of van onze kijk op het leven? Het is in deze wereld heel moeilijk om uit te stijgen boven de invloed die door de omstandigheden wordt voortgebracht. Om boven de omstandigheden uit te stijgen is er slechts één ding dat helpt en dat is een verandering in de manier waarop men naar het leven kijkt. En deze verandering wordt in de praktijk gebracht door een verandering in houding.



De omstandigheid in het leven laat vaak een beeld van gevangenschap zien. Het lijkt er vaak op alsof iemand zich tussen twee kwaden in bevindt. Om boven de omstandigheden uit te stijgen heeft men vleugels nodig. De vleugels zitten vast aan de ziel: de ene vleugel is onafhankelijkheid, de andere onthechtheid. Het vereist veel opoffering voordat men zich in het leven onafhankelijk kan voelen. Onthechtheid tegen je natuurlijke aanleg voor liefde en sympathie in, is als het verscheuren van je hart. Wanneer de ziel eenmaal in staat is om haar vleugels te spreiden zie je ongetwijfeld de levensomstandigheden van afstand. Je bevindt je dan boven alle omstandigheden die de mens gevangen houdt.

Elke moeilijkheid kan vroeg of laat worden overwonnen. En zo volgt er op elke dag een avond, en gaat dit door tot in eeuwigheid. Voor een soefi is het derhalve niet alleen nodig geduld te hebben en alles te verdragen, maar ook om alles vanuit een bepaald gezichtspunt te zien, zodat hij voor dat moment van moeilijkheden en pijn verlost wordt.



Heel vaak is het de manier waarop iemand tegen het leven aankijkt die het hele leven voor hem verandert. De manier van kijken kan de hel in de hemel en zorgen in vreugde veranderen. Wanneer je vanuit een bepaald gezichtspunt kijkt, voelt elk speldenprikje als de punt van een zwaard dat door je hart gaat. Als je vanuit een ander gezichtspunt naar hetzelfde kijkt, wordt het hart bestand tegen prikjes en kan niets het hart raken.

Fragmenten uit de Sociale Gatheka's over Geluk, Inayat Khan.

Wees dankbaar voor het geluk
waarvan we nog niet weten
dat het onderweg is.

Indiaans spreekwoord



Citaten van Inayat Khan:

- Het ware geluk ligt in de stroom van liefde die opwelt uit de ziel en wie deze stroom onder alle omstandigheden, in alle situaties, hoe moeilijk ook, laat vloeien, verwerft een geluk, dat hem waarlijk toebehoort.
- De sleutel tot geluk is liefde voor God.
- Niet onze positie, maar onze levensinstelling, maakt ons gelukkig of ongelukkig.
- Door gelukkig te zijn en te maken, vervullen wij ons levensdoel.
- De mens zoekt naar geluk, niet omdat het zijn voedsel, maar omdat het zijn zelf is; Wie naar geluk zoekt, zoekt zichzelf.
- Het doet er niet toe of je op de top of aan de voet van de berg staat, als je maar gelukkig bent, waar je bent.
- Achter ons allen staat één geest, één leven. Hoe kun je dan gelukkig zijn, als je medemens ongelukkig is?



Ik ben gelukkig omdat ik dankbaar ben.
Ik kies ervoor om dankbaar te zijn.
Die dankbaarheid maakt me gelukkig.
Will Arnett

Wat is geluk of ongeluk?

De parabel van de Chinese boer

Op het Chinese platteland leefde een boer met zijn zoon. Ze bezaten slechts een bescheiden hut, een stukje grond en een paard om het land te bewerken. Dit was net genoeg voor hen om rond te komen.

Op een dag ontsnapte het paard uit zijn omheining en rende weg. Ondanks lang zoeken konden ze het paard nergens vinden. De dorpsbewoners kwamen bij de boer om hun medeleven te betuigen. Ze uitten hun zorgen en zeiden: 'Wat een pech! Wat een ongeluk! Hoe moeten jullie nu het land bewerken?'



Maar de boer glimlachte en zei: 'Geluk of ongeluk? Wie zal het zeggen? Het enige dat ik weet, is dat het paard is weggelopen'.

Na die dag gingen de boer en zijn zoon weer aan het werk op het stuk land en ze maakten er het beste van. Na een aantal weken kwam ineens het paard aangelopen, vergezeld door een kudde van wel tien wilde paarden. De dorpsbewoners kwamen naar de boer toe, dit keer om hem te feliciteren:

'Wat een geluk! Wat geweldig! Nu heb je ineens elf paarden!'

'Maar de boer glimlachte en zei: 'Geluk of ongeluk? Wie zal het zeggen? Het enige dat ik weet, is dat mijn paard is teruggekeerd en dat hij tien andere paarden heeft meegebracht'.

De volgende dag probeerde de zoon de wilde paarden te temmen. Hij klom op de rug van een paard, maar deze bokte de zoon van zijn rug, waarop de zoon zijn beide benen brak. Die dorpelingen kwamen vol medelijden bij de boer: 'Wat erg! Je zoon heeft zijn beide benen gebroken! Hij kan nu niet helpen op het land! Wat een vreselijk ongeluk! Hoe moet dat nu?'

Maar de boer glimlachte rustig en zei: 'Geluk of ongeluk? Wie zal het zeggen? Het enige dat ik weet, is mijn zoon zijn beide benen heeft gebroken'.

De volgende dag bereikte hen het bericht dat er oorlog was uitgebroken. Alle jonge mannen die daartoe in staat waren moesten onmiddellijk in dienst treden in het leger van het land.

De boer glimlachte en dacht...



Ik blijf volhouden dat dank
de hoogste vorm van denken is;
en dat dankbaarheid niet anders is
dan geluk dat is verdubbeld door verwondering.

G.K. Chesterton

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: www.soefi-assen.nl

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

