

In deze nieuwsbrief:

- Ganesha
- Afscheid eerste jaargroep
- Jaargroep 3 start in september 2023
- Indonesisch Energiewerk
- Serie: The Little Nyonya
- Boekbespreking "Kundalini"
- Nieuwe data workshops

Nieuwsbrief Indoroots Juni 2023



Hoi {{voornaam}},

Wat een lekkere zomerse dagen hebben we achter de rug en nog voor de boeg. Het doet me altijd goed als ik weer in de zon sateetjes op de bbq kan leggen en lekker buiten kan eten. Nu staat mijn buitentafel naast dit beeld van Ganesha. Ik heb het ooit voor mijn verjaardag gekregen. Het werd verkocht door de Hapinez geloof ik. Deze Ganesha is gemaakt in Indonesië en het ontroert me als ik ernaar kijk. Ik vind de Indonesische goden- en beeldhabeelden mooi en dat spreekt me enorm aan.

Ganesha staat voor veel dingen, maar hij wordt vooral gezien als opruimer van obstakels in het leven. Ook staat hij voor wijsheid en is hij de beschermheilige voor reizigers. In die zin vind ik het een toepasselijk beeld voor Indoroots. Als je bij ons aan de slag gaat zul je zeker obstakels in je leven opruimen, zodat je je levensreis op een rustigere manier kunt gaan. Wijsheid is daarbij altijd fijn, want dat helpt je te begrijpen wat je ziet en de juiste keuzes te maken bij een nieuwe start. Dit gaat niet altijd van een leien dakje, maar toch zie ik dat mensen na opstellingen meer innerlijke krachtbronnen hebben om de uitdagingen van het leven aan te gaan. Door naar Ganesha te kijken wordt je je daar volgens mij nog meer bewust van.

Afscheid van de allereerste jaargroep

Het voelt onwerkelijk, maar laatste bijeenkomst van de allereerste jaargroep is al geweest. Gelukkig was het op een van de eerste dagen waarop we echt lekker buiten konden eten. Ik had alle deelnemers uitgenodigd bij mij thuis voor een rijsttafel. En op zijn Indisch nam iedereen natuurlijk wat mee. Zo hebben we, onder het toeziend oog van Ganesha, heerlijk afscheid kunnen nemen. Het idee ontstond om zo nu en dan voor een soort van verdieping bij elkaar te komen. Dat is helemaal mooi natuurlijk, als op deze manier de transformatie door kan blijven gaan.



Op de foto zie je de geweldige vrouwen van deze eerste jaargroep. Wat zijn ze diep gegaan en wat een mooie transformaties hebben we mogen meemaken. Er was zelfs sprake van een Kundalini-ervaring voor de vraagsteller tijdens een van de opstellingen. We wisten niet wat ons overkwam. De energie die loskwam was zo intens, dat de representant waar ze naast zat door de hitte achteruit moest gaan. Zo intens zijn onze Indo-opstellingen soms en zo helend kan het dus zijn om in een veilige groep opstellingen te doen. Daarom houd ik de groepen bewust klein met 6-8 deelnemers.

Hieronder een paar citaten uit het afscheidswoord dat ik mocht ontvangen:

"Wat hebben we veel mogen zien en mogen voelen van onszelf. Zoals: verborgen en gekwetste kinddelen, verstopte angsten en trauma's, maar ook ongeziene talenten en heel veel liefde. Niet alleen van onszelf, maar ook van onze ouders en onze voorouders..."

"Een diepe reis door alle chakra's heen. Door ons gezamenlijke Indo-verleden heen. Door de pijn van de geschiedenis en de kracht van de generaties, tot aan het bestaansrecht van onszelf en dat van onze kinderen."

"Dank je wel voor deze helende reis, die ons terug heeft gebracht naar wie we werkelijk zijn en nog werkelijk willen worden."

Ik kan alleen maar zeggen: Dank je wel allemaal voor jullie vertrouwen. Het was geweldig om samen met jullie dit avontuur aan te mogen gaan. Veel succes met alles wat jullie in de toekomst gaan doen. ☺

Jaargroep 3

Na het bovenstaande wil jij misschien ook samen met andere Indo's de diepte in. In september 2023 start een nieuwe jaargroep.

In 7 dagen werken we aan de volgende thema's:

- Bestaansrecht:
 - Zekerheid / onzekerheid, ontworteling, faalangst,
- Vertrouwen - wantrouwen:
 - Afwijzing, eenzaamheid, verlatingsangst
- Kracht vanuit eigenheid:
 - Aanpassen of rebellie, individualiteit, overspannenheid
- Verbinding:
 - Liefde, toelaten / afwijzen, verbinding vanuit gevoel van eigenheid
- Autonomie:
 - Verantwoordelijkheid, zelfbepaling, jezelf laten zien zonder angst voor afwijzing
- Identiteit:
 - (Ver)oordelen, straf, acceptatie van zichzelf en anderen zoals ze zijn
- Integratie

FAQ's

- 7 woensdagen in 2023-2024: 20/9, 1/11, 13/12, 24/1, 6/3, 17/4 en 29/5
- Tijd: Van 10.00 – 17.00 uur
- Groep: 6-8 deelnemers
- Locatie: Utrecht
- Investering: € 900,=, bij inschrijving voor 1 augustus 2023 € 800,=.
- Bij vergoeding door werkgever of instantie een op maat gemaakte offerte met daarin opgenomen 2x een LSI-test.

Wil je meer informatie hebben over de komende jaargroep? Mail me gerust: info@indoroots.nl



Indonesisch energiewerk

Aanstaande zaterdag ga ik bij Stichting Aliran wierook maken van verse bloemen uit de tuin. Ben heel benieuwd hoe dat zal zijn. Sowieso heeft de cursus van Rich en Ivonne van Aliran een mooie verdieping gegeven in mijn opstellingenwerk. Door de combinatie van praktische vaardigheden en het energetische werk weet ik nu beter ga ik het Indische energieveld nog meer aanwezig kan laten zijn in onze bijeenkomsten. Door de cursus heb ik bijvoorbeeld inspiratie gekregen om een echt persoonlijk en Indisch geïnspireerd altaartje te maken. Dit staat tegenwoordig in het midden van de kring tijdens bijeenkomsten. Op het altaartje ligt inmiddels mijn persoonlijke Jimat (krachtvoorwerp). Met mijn Jimat ga ik zaterdag ook verder aan de slag. Zo wordt het een krachtvoorwerp dat steeds meer mijn persoonlijkheid weerspiegelt. De volgende keer zal ik meer vertellen over mijn Jimat. Meer weten? Kijk op aliran.nl.

Serie: The Little Nyonya

Heb jij Chinese voorouders? In de opstellingen komt dit soms naar voren. De Chinese voorouders kwamen vaak uit Peranakan-Chinese families. Dit waren de nakomelingen van Chinese koopmannen die zich vestigden in Zuidoost Azië en een concubine van het volk daar. De peranakan waren soms erg rijk en hadden mooie huizen en een geheel eigen cultuur. Het is door heel Zuidoost Azië veelvoorkomend verschijnsel.

Ik wilde meer weten over de Peranakan op het Maleisisch Schiereiland en kwam bij mijn zoektocht terecht bij de Singaporese soap *The Little Nyonya*. Qua acteerwerk is het een draak van een serie, maar het geeft een mooi inzichtje in de Peranakan cultuur. Je raakt van een serie, maar het geeft een mooi inzichtje in de Peranakan cultuur. Je raakt van een serie, maar het geeft een mooi inzichtje in de Peranakan cultuur. Je raakt van een serie, maar het geeft een mooi inzichtje in de Peranakan cultuur.



Heb je tijd en kun je je over de ergernissen van reclames heen zetten ga dan vooral kijken. Ik vind het echt de moeite waard. Je leert namelijk meteen wat over transgeneratieel trauma. Laten we hant de serie vinden op YouTube. Let op dat je de volledige afleveringen pakt, met Engelse ondertiteling.

Boekbespreking

Mooi boek waar mijn broer mij op attendeerde. Het is een biografisch verhaal van de Nederlandse KNIL-soldaat Jan de Bruijn. Hij leert op Java van een dukun een oude geneeswijze. Dit zal hem uiteindelijk helpen om de martelingen van het Japenkwamp te overleven. Uiteindelijk krijg je een inzichtje in het leven van alledag in de Tangsi's van de KNIL, het leven in het vooroorlogse Nederlands-Indië en de ontwrichtende effecten van WO II. Heel goed wordt omschreven hoe Jan, ook al wil hij het niet, toch moet ontken gaan de PTSS en de gevolgen daarvan. Ik herken heel goed hoe die woede soms zomaar bij iemand op kan komen en ook zelf was ik daar vroeger niet vrij van. Het is een overlevingsmechanisme. Ik ben dan ook heel blij dat ik dit in mijzelf heb kunnen helen, door met familieopstellingen aan de slag te gaan. In de Kundalini-workshops die Hans Peter Roel met familieopstellingen aan de slag te gaan. In de Kundalini-workshops die Hans Peter Roel met familieopstellingen aan de slag te gaan. In de Kundalini-workshops die Hans Peter Roel met familieopstellingen aan de slag te gaan.



Nieuwe data workshops:

- Zondag 17 september
- Zondag 12 november
- Zondag 10 december

Locatie: Utrecht
Tijd: 13.00 - 17.00 uur
Vraagstellers: € 150,-, inclusief telefonische intake.
Representant € 30,-.



Het is een behoorlijk lange nieuwsbrief geworden, met naar ik hoop voor jou nuttige informatie. Zien we elkaar (weer) in een van de workshops, een jaargroep of individueel? Laten we afrekenen met alles wat ons tegenhoudt om in vrijheid en naar ons zielsverlangen te leven.

Mocht je nog vragen hebben, neem gerust contact met me op.

Hartelijke groet en een fijne zomer,
Ada

www.indoroots.nl

info@indoroots.nl
06 19 94 94 63

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@indoroots.nl toe aan uw adresboek.

