

Cordium

Centrum voor groei en ontwikkeling



Maart 2015, editie 2

Ontvang de digitale Click iedere twee maanden in je mailbox. Meld je aan op www.cordium.nl

Waar haal jij *het* vandaan?

Van de redactie

'Waar haal jij jouw inspiratie vandaan?' Die vraag wordt met regelmaat aan kunstenaars gesteld; zelden aan de winkelier die in deze tijd toch nog met zijn onderneming in een straat is gevestigd.

Eén betekenis van het woord inspiratie wordt in het woordenboek allereerst gekoppeld aan inademen. Daarbij staat expiratie voor uitademen. Die waarneming bij zo'n veelgestelde vraag stemt ons tot nadenken. *Waar haal jij je ademhaling vandaan? Wat is de bron van je uitademing?* Waarom worden in zoveel disciplines binnen Cordium ademhalingsoefeningen ingezet? Een andere betekenis van inspiratie hangt samen met het begrip bewustzijnstoestand, ofwel bezieling. In dit geval beschikt een mens over het maximum van zijn scheppend vermogen. Schijnbaar moeiteloos is hij juist dan in staat om de ultieme vormgeving te vinden bij zijn creëren.

Er zijn nog andere gedachten geuit tijdens onze verkenning van het woord. Zoals 'inspiratie komt voort uit transpiratie'. Gewoon gedisciplineerd werken van vroeg tot laat en op enig moment ontdekken dat je een oplossing hebt gevonden die je zonder die noeste arbeid nooit had kunnen bedenken. Brengt ons dat toch bij de oude Grieken. Zij schreven inspiratie toe aan een god of aan de muzen.

IN DIT NUMMER

Waar haal jij <i>het</i> vandaan?.....	1
Op weg naar Ouverture 2015.....	1
Column.....	2
Artikel Lea Hütter-Quaas.....	2
Artikel Tine Gelderman	3
Puzzel	3
Colofon.....	4
Agenda April/Mei.....	4
In de vitrine: DPN... ..	4
Artikel: Geef-Economie	4

Op weg naar Ouverture 2015

De data voor Ouverture 2015 zijn vastgesteld. Op 5 en 6 september zullen in Cordium wederom allerlei fantastische activiteiten worden uitgevoerd.

hoge verwachtingen met betrekking tot de inhoud en inzet van de deelnemende begeleiders van workshops, presentaties en consulten.

Daarbij dient de formule van afgelopen jaar als bijzondere basis voor het evenement. Bezoekers en deelnemers van toen zullen de aanstaande zaterdagavond opnieuw als zinvol, smaakrijk en feestelijk kunnen ervaren, en de zondag als sprankelend, verrassend en uitdagend. Wat dat laatste betreft heeft de kerngroep van het centrum

Rondom dit aanbod worden in de ontvangstruimte en de foyer bijzondere vormen van vermaak, overdracht van informatie en duurzame merchandise voorzien. Wie hierin zijn of haar mogelijkheden herkent wordt uitgenodigd om met de redactie contact op te nemen.

CORDIUM CONTACT:

De Ruyterstraat 65
6512 GB Nijmegen
cordium@veluwe.net

Vind ons op:





“INSPIRATIE HAAL IK UIT WAT ME RAAKT”

LEA HÜTTER-QUAAS LAAT HAAR INTUÏTIE SPREKEN

Door Minke Koks

“Wat ik doe, doe ik met veel plezier.” En dat straalt van Lea Hütter-Quaas af. De van oorsprong Duitse energetisch therapeute zit in de foyer van Cordium en vertelt enthousiast over haar praktijk *Terra Cotta* en haar keuzes die haar hebben gebracht tot waar ze nu is.

In haar jonge leven heeft Lea zelf voor enkele moeilijke beslissingen gestaan. Een daarvan was om zes jaar geleden haar geboorteland achter te laten en in Nederland een studie te volgen tot dramatherapeute. Ze slaagde Cum Laude. Toch was voor Lea het plaatje toen nog niet compleet. Tijdens haar reizen naar Suriname, Italië en Nieuw Zeeland ontdekte ze dat een bepaalde vorm van vrijheid belangrijk voor haar is en die vrijheid wil ze ook ervaren in haar werk.

Holistisch

Ze volgde opnieuw opleidingen en voegde Reiki, Chakrareadings en massage aan haar repertoire toe. “Ik ben op zoek gegaan naar mogelijkheden om te kunnen werken vanuit mijn holistische visie op de mens. Alles wat je meemaakt en hoe je je voelt wordt opgeslagen in je lichaam. Deze holistische visie behoeft een holistische aanpak en hiervoor put ik uit alle opleidingen die ik heb gevolgd”,

vervolgt ze. Haar zoektocht naar een weg om haar sterke intuïtie, creativiteit en hoog sensitiviteit te combineren is uitgemond in de oprichting van *Terra Cotta*. Daar begeleidt ze zowel kinderen en jongeren van 3 tot 18 jaar als volwassenen die om allerlei redenen zijn vastgelopen.

Vrijheid

“In mijn praktijk voel ik me vrij om de therapie aan te passen aan de wensen van de cliënt. Deze vrijheid voelt erg prettig en stelt me in staat om mensen te helpen op een manier die het best bij me past. Ik probeer altijd verbonden te blijven met mezelf. Dan ben ik beter in staat de ander te zien voor wie hij of zij is en het potentieel dat ze in zich hebben. Dat is zo mooi! Heel veel mensen zijn zelf nog niet bewust van wat in hun zit. Ik wil samen met hen op zoek naar de blokkades die hen ervan weerhouden dat potentieel te bereiken.”

www.terracotta-nijmegen.com



Lees ook
‘In de vitrine’
op pagina 4

COLUMN: Click

Je hebt een click of je hebt ‘m niet.

Het is typisch zo’n moment dat uit het niets komt.

Het gebeurde tijdens een brainstorm over een informatie bulletin voor bezoekers van Cordium. Alweer een Nieuwsbrief, riep iemand? Diezelfde iemand gooide er meer meteen de veronderstelling tegenaan dat “de” mensen Nieuwsbrief-moe zijn. Wetenschappelijk bewijs ontbrak uiteraard, maar de toon was gezet.

Wel werden persoonlijke ervaringen aangehaald. “Ik zet alle Nieuwsbrieven in een apart mapje op mijn computer en als ik tijd heb ga ik lezen”. Met daarna de verzuchting “Na een paar maanden gooi ik ze ongezien weg....” “Ik klik ze meteen weg” was een andere reactie.

En hier gebeurde het.

“Waarom gaan we het slechtbekkende “Nieuwsbrief” niet gewoon vervangen door Cordium Click?” De lezer is slechts één muisklik verwijderd van informatie, die tot nadenken stemt, een glimlach op het gezicht tovert of tot een “ahaa, zit dat zo....” leidt.

Cordium Click ontstond op een magisch moment, waarin nieuwe ideeën geboren worden. Onderbuik gevoel? Intuïtie? Niemand van het brainstormteam kan het zich nog herinneren.

“HOUDEN VAN DE MENS DIE IK NU BEN”

TINE GELDERMAN HAALT INSPIRATIE UIT HAAR LEVEN



Door Minke Koks

Haar leven is altijd haar inspiratiebron geweest. Ook nu, wanneer Tine Gelderman na haar ruim 38 jarige carrière, waarvan de laatste 10 jaar in het Cordium, achter zich laat. Nou ja, achterlaten, ze houdt het op een andere manier vast.

Dat uit een traumatische gebeurtenis ook inspiratie kan ontstaan blijkt wel uit Tine's leven. Ze had nooit gedacht dat uit haar huwelijk gevuld met huiselijk geweld een mooie en vruchtbare carrière als therapeut zou ontstaan. "Toen ik eenmaal weer de kracht in mezelf gevonden had, was ik in staat om andere vrouwen te helpen hun eigen kracht weer te vinden na misbruik. En later gold dat voor alle andere mensen met andere problematiek. De kern komt uiteindelijk op hetzelfde neer: De kracht in jezelf hervinden en die te durven leven", vertelt Tine terwijl haar ogen stralen.

Toen ze zich in de jaren

'70 als lotgenoot aansloot bij de Vrouwenbeweging om haar gewelddadig huwelijk een plek te geven, ontmoette ze haar dierbare vriendin Tim. Zij was het die Tine stimuleerde om zichzelf te blijven ontplooien. "Ze zag kwaliteiten in mij die ik zelf op dat moment niet kon zien. Door haar geloof in mij hervond ik het geloof in mezelf en de kracht om te gaan studeren", herinnert Tine zich nog goed.

Overtuiging

Na diverse vooropleidingen studeerde Tine af als Gestalttherapeut en later ook als lichaamsgericht therapeut. Ze merkte dat ze nooit was uitgeleerd, ook nu als 70-jarige gepensioneerde niet. "Als je zelf niet stilstaat bij je eigen blokkades dan groei je en ontwikkel je je niet. Dan kun je ook je cliënten niet helpen in hun groei-proces." Die overtuiging en die zucht naar groei en ontwikkeling hielpen haar de therapeut en de mens te worden die ze nu is.

"Door mishandeling raakte ik zo ver van mezelf weg, dat het een lange weg was om mezelf te hervinden. Wanneer je er zelf van overtuigd bent dat je goed bent zoals je bent kun je zien dat ieder mens goed is zoals zij is. Dan hoeft je eigenlijk niet veel meer te doen. Van belang is te blijven geloven in het goede in jezelf en je schaduwkanten te accepteren", geeft Tine mee.

Vertragen

Na een lange en mooie carrière vond Tine het begin 2015 tijd om te beginnen aan een nieuw hoofdstuk in haar leven. Ze heeft afscheid genomen van haar therapie-schap en Cordium. "Ik ben begonnen met de tijd te vertragen. De tijd die vòòr me ligt is om te houden van de mens die ik nu ben."

Tine, bedankt voor je inzet en enthousiasme binnen Cordium!

P U Z Z E L

Een raadsel. Lees onderstaande woorden en schrijf op wat ze met elkaar gemeen hebben. Stuur je oplossing naar hansweeren@gmail.com
Prijs: inspiratie voor al onze lezers.

subsidies pokersen
kopiesgedrag witwas
modellen internet
cocaïne geloof isoleren
geheimen walvisvaart
protectionisme egoïsme
landeigenaren olie
angst bonussen graaien
separatie verronselen
snezen sluikhandel zwart
dumpen speculeren
monopolie woekeren
makelaardij geloof
regeringen versjachelen
marionetten terreur
banken melkkoeien
oorlogsindustrie doneren
statistieken nivelleren
eenheidsworst schijn
speculeren beleggers
sluiers martelen
koningen afrekencultuur
onbegrip vervloeken
predikers privatisering
consumptiegedrag een-
zijdigheid automatisme
iontbossing dicteren

Dit is de oplossing van het raadsel:

--	--	--	--	--	--

Dit zou mijn aandeel kunnen zijn in de oplossing van de oplossing van het raadsel:

--	--	--	--	--	--

AGENDA

APRIL:

Workshop: Leadership from the core
7 april 10.00 uur tot 8 april 17.00 uur

Training: Systemisch werk in theorie en praktijk
11 en 28 april 10.00 - 17.00 uur

Workshop: Familieopstellingen
11 april 12.30 - 17.00 uur

Verdieping: Labyrint lopen
12 april 10.00 - 13.00 uur

Training: Opvoeden in Aandacht
14 april 9.30 - 12.00 uur

Tantra weekeinde: Lieve lust, stoute lust
18 april 13.00 uur tot 19 april 17.45 uur

Introductieworkshop: Core Energetica
24 april 10.00 - 17.00 uur

MEI:

Cursus: Biorelease massagecursus
9 mei en 16 mei 10.00 - 17.00 uur

Start: Mindfulness training MBSR/MBCT
18 mei 19.30 - 22.00 uur

Workshop: (familie)opstellingen
21 maart, 10.00 - 18.00 uur

Introductieweekende Tantra Yoga
29 mei 19.00 uur tot 31 mei 17.00 uur

GEEF-ECONOMIE

In 2011 leidt beleggingsadviseur Robert Vesseur het goede leven, maar is niet optimaal gelukkig. Hij voelt sterk voor een ander soort bestaan. Hij wil niet langer functioneren op basis van commercieel gestelde doelen.

Robert neemt ontslag en gaat – vrijwel spullenloos, maar met heldere ideeën over een nieuwe economie – op reis. Tijdens een van zijn presentaties over de geef-economie, ontmoet hij Petra Smolders. Tot op de dag van vandaag trekken zij samen verder en ondernemen in projecten die mensen bezielen om het beste uit zichzelf te halen.



Robert Vesseur en Petra Smolders

Hun keuze

"....voor een leven vanuit het hart, vanuit vrijheid, zonder angst, vol overgave, meestromend met wat het leven ons schenkt. Bezielt leven is voor ons het leven ten volste leven zoals wij voelen en ervaren dat het

klopt. Wij slaan nieuwe wegen in en verkennen met vastberadenheid onontgonnen gebied. Ontdekken, verwonderen, kiezen, vertrouwen en rust zijn de ingrediënten die ons leven diepgang en vervulling schenken". **Website: eigenwhys.nl**

IN DE VITRINE

DPN drukt Click en de kosten

Fantastisch nieuws! Cordium heeft er een praktische partner bij: DPN Druk en Print Nederland.

Gedurende 2015 worden deze en volgende edities van Click gratis gedrukt door de in Nijmegen gevestigde, maar landelijk actieve onderneming. DPN is specialist in digitaal printen en offset drukken. De organisatie levert producten en

diensten van hoog kwaliteitsniveau, focust zich op een persoonlijke benadering, is oplossingsgericht en efficiënt. De mensen van DPN spelen voortdurend in op nieuwe ontwikkelingen in de markt.

Dat wordt zeer gewaardeerd door een grote kring van bestaande klanten en is aantrekkelijk voor uw relaties. **www.dpn.nl**

Cordium heeft een vast wekelijks en maandelijks aanbod van activiteiten. Kijk op het programma op www.cordium.nl voor de meest actuele agenda.

COLOFON

Werkgroep Cordium Communicatie

Elsbet Hazewinkel
Minke Koks-Hendriks Franssen
Cees van Loon
Resi Messelink
Hans Weeren

Redactieleden Cordium Click

Hans Weeren
Minke Koks-Hendriks Franssen

Voor vragen en tips:

Hans Weeren: hansweeren@gmail.com
Minke Koks: info@inbalanstherapie.nl

Druk

DPN Druk en Print Nederland



druk en print nederland

U kunt DPN bereiken op:

Telefoon: 024 360 60 33
E-mail: info@dpn.nl