

Murali

School voor vrije zelfexpressie



Bang in het donker of in het licht?

Nieuwsbrief
december 2013



Er zijn meer volwassenen bang in het licht dan kinderen in het donker.

Niet Nelson Mandela, Osho, Einstein of Krishnamurti (om er maar eens een paar te noemen) mogen hun naam schrijven onder deze geweldige uitspraak. Hij is afkomstig van niemand minder dan onze eigen Van Kooten en de Bie. Geweldig, niet?

Deze uitspraak beschrijft als geen ander waarom zingen zo eng is. Wie zingt wordt immers hoorbaar en zichtbaar. Wie zingt staat in het licht. Wie zingt brengt zichzelf aan het licht. Niet alleen dat wat wel gezien mag worden, maar ook dat wat we doorgaans liever verbergen. Onze verlegenheid bijvoorbeeld. Of ons ongemak. Onze beperkingen misschien; beperkingen in bereik, in adem, in volume, enz. enz. Ieder heeft zo zijn eigen unieke beperking en zijn eigen schaamte hierop.

Ooit deed ik de School van Byron Katie en zij leerde mij dat alles waarvan ik denk dat ik het verborgen wil houden, alles wat niemand van mij mag weten, eigenlijk datgene is wat ik het liefst zou delen. Daarmee bevrijd ik mijzelf immers van de last van het geheim. En was het niet Osho die zei dat het meest persoonlijke het meest algemene is? Onze beperkingen en onvermogens mogen dan uniek zijn, dát we ze hebben geldt voor ons allemaal. Dat we

is: onze beperkingen en onvermogens mogen dan enkel zijn, dat we ze hebben gehad voor ons allemaal. Dat we ons ongemakkelijk voelen als we in het licht staan ook, of we daar nu contact mee hebben of niet. Maar wat een opluchting precies hetzelfde te ontmoeten in iedereen.

In het licht wordt zichtbaar wat we o zo graag verborgen houden voor elkaar: dat we eigenlijk, als we heel eerlijk zijn, allemaal een behoorlijk probleemgeval zijn. Maar als we even volhouden is dat niet het enige. Als ons probleemgeval alle ruimte krijgt er te zijn en zich te uiten, wordt al snel ook die andere kant van ons zichtbaar: onze schoonheid, onze kracht, onze kwaliteiten en ons vermogen aan dat alles voluit expressie te geven. Misschien is dat nog wel minstens zo eng!

En zo ervaren ik en vele deelnemers het elke keer weer als de ruimte geopend is om te laten klinken wat diep van binnen waar is. Om te laten zien wat soms al een heel leven in het duister verborgen is. Er ontstaat al heel snel een grote mate van herkenning, van opluchting en van verwantschap. Wat het aller aller engste leek om te doen blijkt in een sfeer van veiligheid en verbondenheid dermate mee te vallen dat het smaakt naar meer. Meer vrijheid, meer verwantschap en meer licht.

Murali heeft zich in de loop der jaren ontwikkeld tot een eigen pad van bewustwording en bevrijding. Een pad dat uiteindelijk leidt naar het zingen van jouw hoogste lied. Dat hoogste lied is een lied van vreugde, van overvloed, van liefde en van dienstbaarheid. De weg die dat vraagt, kent een aantal fasen die we in de Intensive in het kort en in de Jaartraining uitgebreid doorlopen. Daarnaast is er vanaf september de mogelijkheid om op de Murali Academie te leren hoe je dit pad kunt aanbieden aan anderen om ook hen te helpen zichzelf te bevrijden en steeds meer het instrument te worden dat zij in wezen zijn.

We willen je middels deze nieuwsbrief wederom van harte uitnodigen om in het licht te komen staan: in een privé sessie, in een Intensive, in het partner weekend, in de Jaartraining of in de opleiding. Jouw vrijheid en jouw vermogen om expressie te geven aan wie jij in wezen bent is ons hoogste doel.

Weet je zeer welkom.

Warme groet, Erica, mede namens het team.

P.s. Misschien weet jij in deze donker wordende dagen nog iemand die je het ook zou gunnen in het licht te gaan staan. Wellicht wil je deze nieuwsbrief doorsturen. Voor je weet maar nooit.

Intensive Vrije Zelfexpressie

Een vierdaagse kennismaking voor iedereen die verlangt naar meer vrijheid, naar verbinding met zichzelf en met anderen.

Locatie: Vijfmorgenland, Brummen (feb), De Kapel, Voorst (mrt)

Data: 21-23 feb 2014 (wachtlIJst) + 20-23 maart 2014

'Het lied van jouw relatie', partner weekend

Een weekend stembevrijding, dans en communicatie voor partners die hun relatie willen verdiepen.

Locatie: Vijfmorgenland Brummen

Data: vrijdagmiddag 7 maart 15:00 uur t/m zondagmiddag 9 maart 2014 17:00 uur

Jaartraining 'Het lied van jouw Ziel'

Een jaar lang, in een veilige groep en setting, onderweg naar de kern van wie jij bent en het vermogen om daaraan in vrijheid expressie te geven.

Locatie: Oostraven, Epe & de Kapel, Voorst

Data: sept 2013 – jun 2014

Opleiding: Murali Academie, 'Zing je hoogste lied'

Opleiding tot begeleider vrije Zelfexpressie, waarin je leert anderen te begeleiden op het prachtige pad van de vrije Zelfexpressie.

Locatie: Oostraven, Epe & de Kapel, Voorst

Start: sept 2013

Privé sessies

In de individuele sessies werken we rond het thema dat of met de hulpvraag die in jou leeft. Jouw geluk en vrijheid zijn het doel, stembevrijding en het proces van bewustwording dat daarbij hoort zijn het middel.

Locatie: IJsselkade 8, Zutphen

Murali - School voor vrije stemexpressie
www.murali.nl - info@murali.nl