



## ZenActueel – Nijverdal 01, december 2022

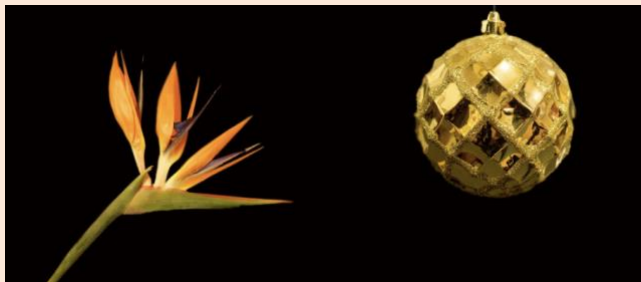
In deze ZenActueel:

- Leon van den Berg, nieuwe zenleraar
- Vertrouwen
- Zen.nl Nijverdal op YouTube
- Nieuwe cursussen

Beste mensen,

### Alleerst! Onze allerbeste wensen voor de feestdagen en een zenvol jaar 2023.

Harry Mengers, Leon van den Berg en Rolf Herlaar, de zenleraren van Zen.nl Nijverdal



Met deze ZenActueel – Nijverdal houden wij jullie graag wat vaker op de hoogte over nieuws over Zen.nl Nijverdal.



### Leon van den Berg, nieuwe zenleraar.

In 2018 kwam ik voor het eerst in aanraking met zen. Na een half jaar introductiecursus heb ik me aangemeld als zenleraar in opleiding (ziop). Ik ben werkzaam als projectmanager in de IT en merk door het regelmatig beoefenen van zen zowel privé als

zakelijk de positieve resultaten, zoals meer rust en energie. De praktische toepasbaarheid in het dagelijks leven en werk maar bovenal de behaalde resultaten zoals beter ademen en beter keuzes kunnen maken. Dit zijn voor mij de drijfveer om dit te delen met zoveel mogelijk mensen. Iedereen kan dit leren en ervaren.

Leon van den Berg

e-mail: [leonvandenbarg@zen.nl](mailto:leonvandenbarg@zen.nl)

### Vertrouwen

In 2022 was het jaar van oefenen in vertrouwen. Wat is vertrouwen? In mijn woorden: het accepteren dat niet alles onder controle te brengen is wat komen gaat, dat ik de verwachting heb in een goede afloop, anticipeer maar mij niet laat leiden door negatieve gedachten, en dat ik mij inspan om de condities voor die goede afloop te scheppen. Het begin van 2022 was allesbehalve veelbelovend met een post-Corona dip in aanmeldingen die we niet kenden. Vertrouwen in herstel en een goede afloopverwachting, was een echte uitdaging. En zowaar na de zomer zagen we een kentering en groeide het interesse weer aan met een zendo die nog niet zo gevuld was. Bovendien maakten de cursisten kennis met Leon van den Berg, de nieuwe zenleraar. En in februari hoopt Rolf Herlaar met zijn eerste introductiegroep te starten. Zoveel nieuwe dynamiek!

Harry Mengers



### Wat is zen? Zen.nl Nijverdal op YouTube

Deze zomer maakte Roald van Stijn een YouTube filmpje over 'Wat is Zen?'. Een kort en helder verhaal. Kijk zelf op:

<https://www.youtube.com/watch?v=L11Y1w1mKqI>.



### Nieuw cursusseizoen, vanaf 12 februari.

Vanaf 12 februari start het nieuwe cursusseizoen. Naast de boeken 'Leer voelen wat je wilt voelen', staan de boeken 'Het boek van vreugde' met de ontmoeting van Dalai Lama met Desmond Tutu, 'The Artist Way' van Julia

Cameron met de ontdekingstocht naar het creatieve vuur in ons, en 'Zen en onzin van het leven' van Rients Ritskes met een rijke koanstudie, centraal. Ga voor meer informatie en aanmelden naar:

<https://www.zen.nl/nijverdal/gevorderdencursus.html>.

### Contact/reageren?

Harry Mengers, zenleraar en -coach, [harry@zen.nl](mailto:harry@zen.nl). 06-27007146, [www.zen.nl/nijverdal](http://www.zen.nl/nijverdal).