

”

NIEUWSBRIEF

Happy holidays !

Kerst nodigt ons uit om stil te worden.
Om terug te kijken op wat was, te voelen wat is, en
ruimte te maken voor wat wil ontstaan.
In het afgelopen jaar hebben we samen mogen
delen, groeien, leren en verbinden.
Dank je wel voor het vertrouwen, de openheid en de
momenten van echte ontmoeting.

Moge deze kerst een tijd zijn van licht – in rust, in
zachtheid en in verbinding met jezelf en elkaar.
En moge het nieuwe jaar zich ontfouwen met liefde,
betekenis en innerlijke kracht.





✨ Geslaagde Happy Food Boxes actie! ✨

Wat een hartverwarmende dag!

Op vrijdag 19 december heeft Team ACT NL zich met volle energie ingezet om de kerst een beetje lichter te maken voor mensen in Alkmaar die het financieel moeilijk hebben. Dankzij de enorme betrokkenheid en gulle donaties van zoveel enthousiaste donateurs konden we maar liefst 17 Happy Food Boxes uitdelen bij Christelijk Wijkcentrum Bij De Bron en Wijkcentrum Mare Nostrum.

De overige 7 dozen krijgen binnenkort een mooie bestemming via MYC in Leiden. De dag begon met het inpakken van cadeautjes en het schrijven van persoonlijke kerstkaarten. Daarna werden de dozen zorgvuldig samengesteld via een slim uitgedacht systeem — teamwork makes the dream work!

Als kers op de taart werden we totaal onverwachts verrast door lieve vrienden die toevallig in de buurt waren: zij verzorgden een heerlijke lunch met spinaziepannenkoekjes én trakteerden ons op een muzikaal moment met Feliz Navidad, gezongen en begeleid op de ukelele. Bij het tweede wijkcentrum konden we de ontvangers persoonlijk een fijne kerst wensen, omdat zij hun dozen kwamen ophalen terwijl wij erbij waren. Dat maakte het extra bijzonder.

Dank aan iedereen die dit mogelijk heeft gemaakt. Samen maken we kerst warmer ❤️🌲

Bharati en Parvati

In het blad 'De Vrijwilliger'

🌸 In dienst van liefde – Vrijwilligerswerk bij 't Huis Lioba

Met hart en ziel iets betekenen voor een ander – dat is waar ware dienstbaarheid begint. In deze nieuwsbrief delen we het verhaal van Bharati Abrol (61) uit Alkmaar, die zich al enkele jaren als vrijwilliger inzet bij 't Huis Lioba, een respijthuis verbonden aan Hospice Alkmaar.

Bharati is getrouwd met Maanish en samen hebben zij een dochter en inmiddels ook een kleindochter. Na jarenlang samen winkels te hebben gerund én later een succesvol vegetarisch Indiaas restaurant, brak er een nieuwe levensfase aan. Een blessure in 2019 dwong Bharati tot stilstand, maar opende tegelijkertijd een nieuwe deur: die van vrijwilligerswerk.

“Ik wilde ontdekken wat ik wél kon doen en zocht naar betekenis en levensvervulling.”

Die zoektocht bracht haar bij 't Huis Lioba – een plek die rust, warmte en menselijke nabijheid biedt aan mensen met een chronische of ongeneeslijke aandoening, en aan mantelzorgers die even op adem mogen komen.





🌸 In dienst van liefde – Vrijwilligerswerk bij 't Huis Lioba

Als vrijwilliger geeft Bharati vooral aandacht: samen wandelen, koken, luisteren, lachen, soms huilen. Geen grote daden, maar kleine, liefdevolle handelingen die het verschil maken.

De zorg wordt grotendeels gedragen door vrijwilligers – mensen met een warm hart en een luisterend oor.

Wat haar drijft?

De ontmoeting. Het echte contact. Het mogen zijn met wat er is.

“Het werk is het doel op zich. Je vertrekt nooit moe, maar vervuld.”

Haar levensmotto raakt de kern van Mohanji's boodschap:

“Als je liefde ontwikkelt, hoef je niets anders meer te ontwikkelen.”

Een eenvoudige waarheid, die in 't Huis Lioba elke dag wordt geleefd.

🌟 Moge dit verhaal ons inspireren om liefde om te zetten in actie – daar waar we zijn, met wat we hebben.





🌸 De kracht van 'Be You' – In gesprek met Parvati van de Wijngaard

In deze editie van de nieuwsbrief zetten we graag een vrijwilliger in het licht die met toewijding en overtuiging bijdraagt aan het werk van Mohanji Nederland: Parvati van de Wijngaard (32) uit Leiden.

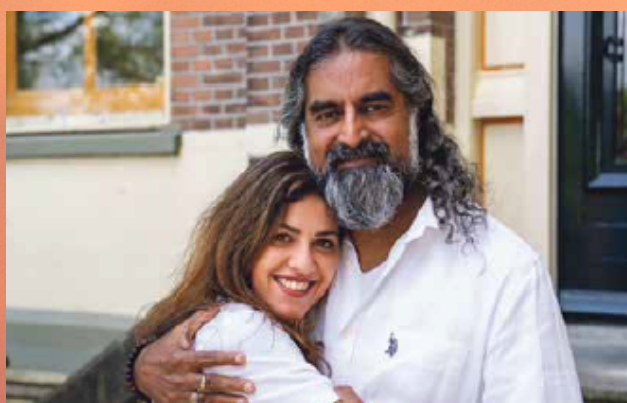
Parvati woont zelfstandig in Leiden en werkt in het dagelijks leven bij de Gemeente Amsterdam als jeugdtaxateur. Haar moeder komt uit Nepal, haar vader is Nederlands – een achtergrond die haar van jongs af aan heeft gevormd in openheid en verbinding tussen culturen. In haar vrije tijd is zij actief met sport, maar vooral met vrijwilligerswerk en persoonlijke ontwikkeling.

Op zoek naar verdieping

Hoewel Parvati een rijk en actief leven leidde, voelde ze op een gegeven moment dat er iets ontbrak: echte vervulling. Ze was op zoek naar verdieping en innerlijke groei. In augustus 2021 kwam ze in aanraking met Mohanji. Zijn woorden en aanwezigheid raakten haar direct.

“Ik voelde meteen: dit is het.”

Mohanji's kernboodschap 'Be You' – leven vanuit authenticiteit, zonder verwachtingen, met liefde en compassie – sloot naadloos aan bij wat Parvati zocht. Niet veel later besloot ze zich actief in te zetten voor de stichting.





🌸 De kracht van 'Be You' – In gesprek met Parvati van de Wijngaard

Wie is Mohanji?

Mohanji is een humanitair en spiritueel leraar die mensen wereldwijd inspireert om te leven vanuit bewustzijn, dienstbaarheid en innerlijke vrijheid. Zijn boodschap is eenvoudig en krachtig: echte vrijheid ontstaat door jezelf en anderen onvoorwaardelijk te accepteren.

Volgens Mohanji is vriendelijkheid de hoogste vorm van spiritualiteit – en liefde de sleutel tot een betere wereld.

Wat doet Mohanji Nederland?

De Mohanji Foundation is wereldwijd actief en biedt online en fysieke programma's aan op het gebied van bewustzijn, meditatie en vrijwilligerswerk. In Nederland worden onder andere Consciousness Walking, Consciousness Dancing, meditatie-avonden (online en op locatie), workshops en dagprogramma's georganiseerd.

Daarnaast is Mohanji Nederland betrokken bij diverse humanitaire projecten, zoals voedsel- en kledinginzamelingen, kerstpakketten voor gezinnen in nood en de Fruit Tree Plantation Drive, waarbij fruitbomen worden geplant voor toekomstige generaties. Ook dierenwelzijn en ondersteuning van jongeren spelen een belangrijke rol.





De kracht van 'Be You' – In gesprek met Parvati van de Wijngaard

Vrijwilligerswerk als levenspad

Parvati is actief betrokken bij meerdere onderdelen van de stichting, waaronder Ohm-chantings (op locatie en online) en begeleide meditaties via Zoom. Daarnaast ondersteunt zij waar nodig bij projecten en activiteiten. Gemiddeld zet zij zich zo'n 20 uur per week in – maar zo voelt het niet.

"Het voelt nooit als werk. Het geeft energie."

Wat haar motiveert, is simpel: het verschil kunnen maken, hoe klein ook. Een glimlach op iemands gezicht, een moment van rust, een gevoel van hoop.

Waarom dit werk zo belangrijk is

Juist in een tijd waarin prestatiedruk en maatschappelijke onrust toenemen, is het werk van Mohanji Nederland van grote waarde. Het helpt mensen terug te keren naar hun hart, naar eenvoud, compassie en verbinding – met zichzelf, met anderen en met de natuur.

"Als iemand na een activiteit rustiger, lichter of hoopvoller naar huis gaat, weet ik: dit is waarvoor ik het doe."

Een klein gebaar, een groot verschil

Een moment dat Parvati diep raakte, was tijdens het uitdelen van kerstpakketten. Een vrouw ontving een pakket en barstte in tranen uit van dank.

The Divine Trails of Shirdi



is een jaarlijks terugkerend event waarbij je met een geweldige gids in de voetsporen van Shirdi Sai baba wordt rondgeleid. Sai baba was 60 jaar in Shirdi en er zijn op heel veel plekken kleinere en grotere heiligdommen opgericht. Deze zijn al die jaren door trouwe volgers onderhouden. We sluiten de dagen af met een veel bredere groep die voor een programma met activiteiten komt waarbij ook Mohanji bij gelegenheid fysiek aansluit.

Weekly talk!

Mohanji houdt elke zondag een Q&A, waarbij je hem allerlei vragen mag stellen.

Elke sessie wordt afgesloten met een korte training die helpt om je meer te focussen op jezelf en je bewustzijn verder te ontwikkelen.

Aanmelden? [Check de website voor meer informatie!](#)

WEKELIJKSE SATSANG

met
Mohanji.

**ELKE
ZONDAG**

13:30-15:30

Mohanji



Meld je hier aan !

Agenda

Wekelijks & doorlopend

- Conscious Walking – Elke zaterdag om 09:30
 - Aanmelden: Sita 06-40852251
- Voorleessessie uit Guru Leela – In Alkmaar
 - Aanmelden: Bharati Abrol 06 58929319
- Soulful Zaterdag – Inspiratie, meditatie en samenzijn
 - Aanmelden: Sita 06 40852251



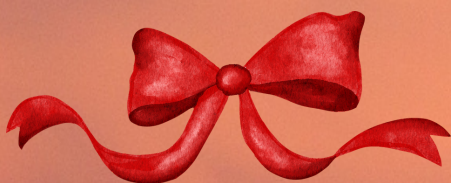
Kerstwens

Terwijl dit jaar langzaam tot rust komt, willen wij iedereen bedanken voor de verbondenheid, inzet en liefde die we samen hebben mogen ervaren. Elk ontmoeting, elke activiteit en elk klein gebaar van vriendelijkheid heeft bijgedragen aan iets groters: een gemeenschap die groeit vanuit bewustzijn en compassie.

Met een open hart kijken we uit naar het nieuwe jaar. We hopen samen een jaar te creëren vol mooie activiteiten en ontmoetingen – voor volwassenen én jeugd waarin ruimte is voor groei, verdieping, plezier en echte verbinding. Moge we elkaar blijven inspireren, ondersteunen en aanmoedigen om onszelf te zijn en liefde in actie te brengen, ieder op zijn of haar eigen manier.

Wij wensen jullie warme, liefdevolle kerstdagen toe, gevuld met rust, dankbaarheid en samenzijn.

Moge het nieuwe jaar licht, betekenisvol en verbindend zijn voor ieder van ons en voor de wereld om ons heen.



*Met warme groet,
Team Mohanji Nederland*