

DIE ESSENSIE VAN NEO-SPEKTRUM:

Hier erken ons dat die KRAG wat in ons is nie van ons is nie
Hier ontmoet ons 'n God wat LEWE en LIEFDE is
Hier laat ons 'n GELOOFWAARDIGE stem hoor
Hier word alle mense MENSWAARDIG behandel
Hier is ruimte vir ANDERSDENKENDES
Hier gee 'n wysheidsirkel aan elkeen 'n STEM
Hier is geen VERWYDERING of VEROORDELING nie

KONTAKBESONDERHEDE

Terblanche Jordaan
Tel: 083.460.45.45
terblanche1@telkomsa.net

Webblad: www.neo-spektrum.com
Facebook: Neo-Spektrum
Leierspan: Almal se insette welkom

 **ACIM Donderdagaande 7pm @ Kolping** 
~ Volgende Sondag lekker saam eet ~

BESONDERHEDE VIR EPOS NUUSBRIEF EN SMS TEMA

Naam en Van

E-Mail _____ Sel _____

Woonadres _____

ADRES

Vanaf N1 ± 8km tot by sirkel en uit in Koebergweg — tweede straat regs is:
Biccard Straat (Kolping Centre aan jou regterkant) Durbanville

Bankrekening vir bydraes

FNB: Wysheidsirkel

Takkode: **201-409**

Rekening: **551 601 09804**

BAIE DANKIE

Ons vra 'n maandelikse bydrae
hetsy per koevert of per EFT

Groot ASSEBLIEF en DANKIE



Neo-Spektrum
25 Augustus 2013
DIE GOUE REËL:
LIEFDE VIR JOU NAASTE
SOOS JOUSELF

STILTE IN DIE KAPEL

DA PACEM DOMINE (DIE VREDE VAN GOD) — ARVO PÄRT

IN DIE TEENWOORDIGHEID VAN GOD

When we honestly ask ourselves
which person in our lives means the most to us,
we often find that it is those who,
instead of giving advice, solutions, or cures,
have chosen rather to share our pain and touch our wounds
with a warm and tender hand.
The friend who can be silent with us
in a moment of despair or confusion,
who can stay with us in an hour of grief and bereavement,
who can tolerate not knowing,
not curing, not healing and face with us the reality
of our powerlessness,
that is a friend who cares.

- Henri Nouwen -

*“In soverre julle dit aan die geringste van hulle gedoen het,
het julle dit ook aan My gedoen” (Matteus 25:40)*

- STILTETYD -

Die doop as 'n 'Celebration of Life'

~ Ons sê welkom vir kleine Marichen ~

GOUE REËL: JOU NAASTE SOOS JOUSELF

Skuldgevoelens, skaamte, spyt, selfverwyrt ... maak dat ons 'maskers' dra.
Hoe lyk liefde vir onself? — is dit *ten koste van ...* of *... ter wille van*?
Belangrikste vraag in die lewe: **Wie is ek?** Nooit te laat om te wees wat jy kan wees
Die eerste vraag na bogenoemde: **Wat sal verander as ek dit met liefde doen?**

=====

“THE TOP FIVE REGRETS OF THE DYING” — Bronnie Ware

1. “I wish I'd had the courage to live true to myself, not the life other expected of me”

Wanneer mens met **insig** (wysheid) en **uitsig** (waarheid) terugkyk op jou lewe is daar 'n groot helderheid oor soveel onervulde drome. Die meeste mense eer nie 'n tiende van hul drome nie en gee gou op en settle vir roetine en gewoonte en blameer 'keuses' wat gemaak is of nie gemaak is nie in plaas daarvan om die moed te hê om te sê: *this is me, with myself, true to my Self.*

2. “I wish I hadn't worked so hard”

Sy het dit veral onder mans gevind dat daar 'n diep selfverwyrt is oor die hoeveelheid ure wat verbeur is op die treadmill van werk ... werk ... werk! Sy skryf: *“There is nothing wrong with loving your work and wanting to apply yourself to it. But there is so much more to life. Balance is what is important, maintaining balance.”*

3. “I wish I'd had the courage to express my feelings”

Baie mense onderdruk hul gevoelens om die vrede te bewaar wat tot gevolg het dat hul *“settle for a mediocre existence”* en dan mekaar blameer hiervoor in plaas daarvan om verantwoordelikheid te neem vir 'n opregte deurleefde liefde vir myself en sodoende die potensiaal ontsluit van wat ons bestem is om te wees. *Die invloed wat bitterheid, wrokke, en verwyte het op ons gesondheid, is onberekenbaar!*

4. “I wish I had stayed in touch with my friends”

Ons raak so vasgevang en opgeknop in ons eie klein home movie dat ons, eers as ons verdwaal in die wildernis van ons eensaamheid tot stilstand kom, besef hoe ons ons vriendskappe verwaarloos. Dit sluit verseker ons familie in en nie net ons eie gesin en kinders nie maar ook ons ouers en hulle ouers as ons geseënd genoeg is om hulle nog naby ons te hê.

5. “I wish that I had let myself be happier”

Dis is nie 'n verrassing dat dié een onder die top vyf is nie want dit is werklik eers as jy dood in die oë kyk dat jy besef dat **happiness is a choice!** Mense raak verstrikt in ou patrone en gewoontes en noem dit “comfort” met 'n familiariteit wat verstik aan alles wat ons vanselfsprekend aanvaar. Die ganse lewe kom neer op liefde óf vrees — elke emosies, elke aksie, elke reaksie. **Jý kies ...!** Miskien dink jy *“maar ek is nie sterwend nie!”* en daarop wil ek vra: *so wat is jôu verskoning dan?*

Bronnie Ware skryf *“There's a fine line between compassion and a victim mentality. Compassion though is a healing force and comes from a place of kindness towards yourself. Playing the victim is a toxic waste of time that not only repels other people, but also robs the victim of ever knowing true happiness.”*

=====

"Life doesn't owe us anything. We only owe ourselves, to make the most of the life we are living, of the time we have left, and to live in gratitude." — Bronnie Ware



GIVING TRANSFORMS HAVING INTO BEING



~ LOVE'S DIVINE — SEAL ~

*Then the rainstorm came over me, and I felt my spirit break
I had lost all of my belief you see, and realized my mistake
But time through a prayer, to me and all around me became still
I need love, love's divine*

*Please forgive me now I see that I've been blind
Give me love, love is what I need to help me know my name
Through the rainstorm came sanctuary, and I felt my spirit fly
I have found all of my reality, I realize what it takes*

*'Cause I need love, love's divine
Please forgive me now I see that I've been blind
Give me love, love is what I need to help me know my name
Oh I, don't bend, don't break*

*Show me how to live and promise me you won't forsake
'Cause love can help me know my name
Well I try to say there's nothing wrong but inside I felt me lying all along
But the message here was plain to see, believe me*

—————

HERINNERING EN SEËNBEDE

I am goodness and mercy,
compassion and understanding.
I am peace and joy and light.
I am forgiveness and patience,
strength and courage, a helper in time of need,
a comforter in time of sorrow,
a healer in time of injury,
a teacher in times of confusion.
I am the deepest wisdom and the highest truth;
the greatest peace and the grandest love.
I am all these things.

—————

IN LOVE, ALL IS POSSIBLE

~ AFSpraak — CHRIS CHAMELEON ~