

Voorwoord

door T.Y.S. Lama Gangchen Rinpoche
Tibetaanse Lama Healer

Het doet me genoegen om het boek, *De familieziel*, geschreven door Kitlyn Tjin A Djie en Irene Zwaan, te zien verschijnen.

Ik ken beide auteurs al vele jaren en ik waardeer hun positieve kijk op wat onze familie betekent. Het begrip 'familie' kent zeker vele aspecten zoals onze genetische familie, onze spirituele familie, onze vrienden die wij als een deel van onze familie beschouwen, onze samenleving die we als onze familie ervaren, enzovoort.

Het is natuurlijk heel belangrijk dat we binnen de kleine kring van onze familie beginnen om een vriendelijke en harmonieuze relatie te cultiveren, en om een vredige omgeving te creëren. Daarom is het essentieel dat we onze vijf zintuigen in alle interacties op een positieve manier gebruiken, te beginnen bij de dagelijkse relaties met onze partner en kinderen. Als we in staat zijn om alle contacten met onze familieleden thuis positief te laten zijn, dan zullen wij automatisch een vredige sfeer in ons huis creëren. Van hieruit kunnen we doorgaan met positieve relaties in de samenleving voort te brengen. We kunnen een begin maken door simpelweg onze manier van spreken, luisteren, kijken, aanraken, enzovoort, in ons dagelijks leven te observeren.

Zijn we agressief of zachtaardig? Is onze spraak hard of vriendelijk? En wat zijn de resultaten ervan? Het is heel eenvoudig: als we hardvochtig spreken, wordt de ander beledigd en boos, en waarschijnlijk krijgen we niet gedaan wat we wensen. Terwijl, als we vriendelijk spreken, de ander verheugd zal zijn en blij om ons te kunnen helpen.

Onze familie is de eerste en meest beschermde sociale context waar we onze kwaliteiten kunnen oefenen en de gunstige resultaten ervan kunnen waarnemen.

Terugkijkend naar het verleden, zien we dat door de eeuwen heen in alle culturen en tradities dezelfde waarden worden gepropageerd, zoals respect, verdraagzaamheid, liefde en compassie. Het zijn deze fundamentele waarden die deel uit moeten maken van de opvoeding in families, om zodoende een basis te creëren voor een gezonde samenleving. Dit zijn dus de kwaliteiten die we vanaf de wortel zouden moeten cultiveren, in de vorm van niet-formele educatie, te beginnen in de kleinste sociale eenheid namelijk de familie.

Ik ben blij met deze publicatie en ik hoop dat de lezers door dit boek veel positieve inspiratie zullen krijgen om hun leven te transformeren.

Innerlijke vrede, wereldvrede, nu en voor altijd, door de aandacht van alle mensen en door de zegeningen van alle heilige wezens.

T.Y.S. Lama Gangchen
Albagnano Healing Meditation Centre
Italië, 4 oktober 2013