

RWW trip Koerdistan april 2017 van Joop Pols, Soza Gaffaf en Nicolette Honsbeek

Zaterdag 1 april 2017 aangekomen in Erbil!

Reisdag: half 4 eruit, 4:15 weg. Op Schiphol vinden we elkaar snel. De reis verloopt voorspoedig. Om 15:30 worden we opgehaald door dr. Bayan en om 16:00 in het Chwar Chra hotel, 4 lantaarns.

Even rusten en toen diner met dr. Bahar en dr. Bayan, die in 2013 de Emma Organization for Human Development hebben opgericht. Emma heeft twee vestigingen, in Erbil en Duhok en er werken zo'n 25-30 mensen die de oorlogsslachtoffers in die steden en de omliggende kampen op allerlei mogelijke manieren proberen te helpen. Zij hebben deze missie georganiseerd om hun staf Reiki 1 te laten leren. We aten in een Koerdisch restaurant, op kussens zittend, echt top! Planning bespreken en die ziet er super uit!! Echt bijzonder hoe welkom dit voelt. Soza is op deze missie onze tolk en collega Reiki Master en liaison met Emma.

Zondag 2 april Duhok

In de morgen zijn we van Erbil naar Duhok gereisd. Onderweg, na 2.5 uur een wegrestaurant met een heerlijk ontbijt van verse naan (Koerdisch brood), honing, een soort botercreme, sesampasta, olijven en linzensoep. Thee erbij, compleet. In Duhok gingen we direct door naar het centrum van Emma. Daar waren die dag 8 staf mensen aanwezig, een gemengde groep, uit Syrië, Jezidis, moslima's, Koerden, social workers, de manager, advocaten...hoe ze zich ook identificeerden, allemaal mensen met 1 doel: in samenwerking hun landgenoten en andere slachtoffers van de 5 oorlogen helpen.

In overleg met Soza hadden we besloten eerst een workshop te doen met een Reiki sessie van 10 minuten. Daarna konden de mensen besluiten of ze de cursus willen doen. Dat was een goed plan, en uiteindelijk deden allemaal mee met de cursus, super enthousiast, zelfs diegene die eerst niet wilde. Joop en Nicolette deden de eerste ronde inwijdingen. Daarna was het tijd voor een verlate gezamenlijke lunch.

We bleken voor ons onderdak terecht te komen in dezelfde straat die Joop en ik kenden van onze missie in 2016.

Maandag 3 april Duhok

Om 9:00 ophaal actie van Douglas, de Nederlands Assyrische chauffeur. Allereerst koffie en gezamenlijk ontbijt. Daarna verder met de tweede ronde inwijdingen. En andere collega sloot ook aan, dus toen telde de groep 9 mensen. Ondertussen kwamen er vrouwen met kinderen voor de sessies die Emma organiseert. De kinderen hebben veel speelgoed, dus die vermaakten zich wel. We hebben alle vrouwen behandeld met een enkele man en een jongen.

Er was een supergoede sfeer ontstaan waar iedereen bezig was met werk, Reiki en alles wat zich verder nog aandiende. Een man die mensen in de kampen behandelt op de manier die moslims kennen (handoplegging en soera's uit de Koran reciteren) wilde ook graag cursus dus die hebben we "ingevoegd". Na de eerste initiatie was hij zo enthousiast dat hij aangaf voortaan Reiki te willen integreren in zijn werk. En de staf werd alleen maar blijer naarmate de cursus vorderde.

Met de lunch werd weer de hele tafel volgezet met salades en rijst met kip en er ontstonden steeds meer spontane foto sessies in verschillende samenstellingen. Aan het einde van de dag tegen 15:00 deden we de laatste ronde initiaties en gaf Soza een oefening chakra balanceren die ze 21 dagen gaan doen. Groepsfoto met certificaten en naar het motel.



Dinsdag 4 april Duhok

Vanmorgen om 9:00 bij Emma voor het uitgebreide ontbijt. Sahem, de laatste deelnemer van gisteren (bleek een teamleider van Emma) kwam voor zijn tweede initiatie en we hadden een Reiki sessie met een moeder waarvan 1 van haar twee jonge meisjes 3 jaar bij IS heeft gezeten.

Daarna gingen we naar Dawoodia Camp, een uur bij Duhok vandaan. Een kamp met voornamelijk mensen waarvan de dorpen verwoest waren door de oorlog met daaesh/IS. We moesten ons melden bij de staf van het kamp en werden ontvangen met thee bij de kamp manager. Mary van Emma legde uit waar we voor kwamen en de manager wilde graag Reiki proberen. Dat sloeg aan, dus wilden er nog meer mensen van de staf. Daarna als een speer door naar de plek waar meer dan 50 mensen in de rij stonden voor een Reiki sessie. Douglas bewaakte de deur zodat we de mensen in groepjes binnen konden laten. Mary, Nahla en Nazik van Emma deden mee en legden de mensen uit hoe het werkt. Dat hielp en al vrij snel ontstond een goed werkend systeem. Met zijn 6'en konden we gelukkig tempo maken met een iets ingekorte sessie en daardoor nagenoeg iedereen bereiken.

Er waren heftige verhalen begrepen we tussen de regels door en het meest aangrijpend was het verhaal van een oude vrouw die haar complete familie verloren had, een maand geleden...ze had nog een schotwond in haar been.

Om half 3 richting Duhok. Ik ging nog even de poster terugbrengen naar de kamp manager en direct kreeg ik het verzoek om nog meer mensen yoga te geven. Ik zei nog Reiki, maar dat maakte geen indruk ☺ en ik moest hen helaas teleurstellen want we moesten echt weg. Douglas maakte een kleine omweg langs een meer vlakbij Duhok. Opeens sta je daar, bijna in vakantiestemming, foto's te maken... bizar contrast.. Daarna wat onderdelen van de lunch ophalen bij ons vaste restaurant Barez en door naar het centrum voor de gezamenlijke maaltijd om 16:00 inmiddels. Onder het eten natuurlijk verhalen uitwisselen. Joop heeft de inwijdingen voor Sahem afgerond, zodat we hem ook zijn certificaat konden uitreiken.

Daarna een late siësta en een rustige avond. Tijdens het eten belde dr. Bayan met Soza voor het dagelijkse rapport. Mary de teamleider en Gulchen de manager hadden haar gebeld en hadden gezegd dat ze zich niet konden voorstellen dat wij weg gaan overmorgen, omdat we al zo bij de groep horen en het zo goed voelt om samen te werken...

Woensdag 5 april 2017 Duhok

Vandaag vroeg naar het tweede kamp, Berseve 2, na de koffie; het ontbijt schoot er bij in. Ook een uur rijden en nu de andere kant Duhok uit, naar Zakho. Weer aan de slag met Mary, Nahla en Nazik. Even kort bij de manager van het kamp handje gegeven en gelijk door naar de portacabin van Emma Organization. Ook daar zaten veel vrouwen met kinderen te wachten. In Berseve 2 verblijven voornamelijk Yezidi vrouwen. De nieuwe Reiki 1 collega's organiseerden de boel wederom op professionele wijze en we hadden een dame van de Norwegian People's Aid, een belangrijke sponsor van Emma, die de boel mee hielp organiseren en voor water zorgde. Met elkaar konden we zo'n 60 vrouwen Reiki geven. Je kon goed merken dat mensen het ongelofelijk zwaar hebben; er waren vrouwen bij die een angstaanval kregen en een paar die het echt te kwaad kregen. Het was fijn om te zien dat er activiteiten voor de kinderen georganiseerd werden op het plein voor de portacabines.



Terug in Duhok hadden we een lunch met het hele team en daarna gingen we de berg op. Daar heeft iedereen van iedereen foto's gemaakt en dat weerspiegelde de goede sfeer in het team. We begrepen ook van Soza dat diverse mensen aangaven dat de Reiki cursus ook hun teamgevoel heel erg heeft versterkt en dat dat 1 van de dingen is die ze zo enorm waarderen.

Eenmaal thuis in het motel was het tijd om een uitgebreide bedankbrief te schrijven, die ze kunnen laten lezen aan hun leidinggevend en de sponsoren, een goede gewoonte voor volgende missies. Daarna eten en nog even chillen met een kopje thee.

We hadden al eens op een eerdere uitzending nieuw ingewijde Reiki 1 mensen meegenomen naar een kamp en het is zeker een aanrader om dat standaard te doen als het enigszins mogelijk is. Ze leren van ons voorbeeld en ze zien ook hoe we omgaan met mensen die flauw vallen of emotioneel worden.

Opnieuw raakt het ons hoe vriendelijk de mensen zijn hier, hoe gastvrij en contactueel. Het is bijzonder hoe de mensen van de lokale organisaties dagelijks werken met slachtoffers van de oorlog, vrouwen en kinderen die alles kwijt zijn, meerdere keren verkracht zijn, schotwonden opgelopen hebben.... En dan zien wij ook hoe sterk ze zijn en kunnen klappen en zingen in de auto op weg naar de berg waar vervolgens honderden groeps-selfies gemaakt worden, waarbij de advocaten giechelend als fotomodel op de foto gaan ... Zonder onderscheid tussen Syriërs, moslims, Koerden, Assyriërs, Yezidi of mensen van andere achtergronden. Het enige opvallende verwarrende is de 6 talen door elkaar: Koerdisch Sorani, Koerdisch Kurmanji, Arabisch, Engels, Nederlands.

Afhankelijk van met wie je praat moet er vertaald worden, soms twee keer van Yezidi Kurmanji naar Arabisch naar Nederlands of Engels 😊



Donderdag 6 april 2017 Duhok -> Erbil

Vandaag eerst uitgebreid ontbijt in het centrum van Emma. Snel nog even de bedankbrief printen en na het ontbijt met zijn allen bij elkaar voor ons afscheidsrondje. Brief voorgelezen, vertaald door Soza en daarna de kaart en een RWW shirt overhandigd en...tijd voor meer foto's!! Na 100.000 zoenen en knuffels in de auto naar Erbil kregen we van 1 van de advocaten water na gegooid, een goede Koerdische gewoonte om mensen een goede reis en behouden terugkeer te wensen.

In het centrum van Emma in Erbil hebben we bijgepraat met dr. Bahar. Programma doorgesproken en we kregen het verzoek ons rapport door te sturen en een evaluatie te schrijven.

Vrijdag 7 april 2017 Shaqlawa

Om 9 uur werden we opgehaald. Met de nodige file en ophaal en wegbreng acties en een stukje warm brood onderweg waren we om 11:00 bij het zomerhuis van Bahar in de bergen. De staf van het centrum van Emma van Erbil was onderweg, maar dat duurde even dus ondertussen kwam er brood op tafel, met schapenyoghurt en gebakken eieren. Inmiddels kwam de zon door en arriveerde de rest van de groep. Toen kwam er pas echt eten, want toen serveerden ze de lunch in de tuin. Dolma's, een taart van rijst gebakken in een dun deegje, gevulde paprika's, uien, aubergines en courgettes, biryani rijst met rozijnen, gestoofd rundvlees en zo nog wat.

De tijd voor de cursus brak aan. Soza deed intro, daarna deden we een korte Reiki sessie en daarna besloten alle aanwezigen Reiki 1 te willen, inclusief de twee zussen van dr. Bayan, 10 mensen in totaal. Na de inwijdingen deden we een korte evaluatie en we kregen mooie feedback. Bahar was blij dat Bayan ons 3-en naar Kurdistan had laten komen en vertelde dat ze nu snapte waarom het team in Duhok zo enthousiast was.

Een van de collega's Twana vertelde dat hij al heel lang op zoek was naar iets, niet wist wat en nu wist dat hij het gevonden had in Reiki. Een andere collega vertelde dat ze voelde hoe haar ziel geraakt was. Zus van Bayan Nistemen vertelde dat ze vindt dat Reiki bij kinderen op school geïntroduceerd moet worden, omdat dat zal helpen met de opvoeding en tegen de agressie die ze observeert bij al jonge kinderen. Iedereen voelde zich heel relaxed en pijntjes en vermoeidheid waren verdwenen. In de Koerdische cultuur is complimenten maken heel erg gebruikelijk en bij deze feedback konden we voelen dat ze echt gemeend waren.

Later op de avond, na de barbecue deden Soza, Joop en ik nog een rondje Reiki voor de liefhebbers en zag ik de Jahwar zijn zontje Reiki geven. Voor het team was het ook de eerste keer dat ze op hun vrije dag bij elkaar kwamen dus het was gelijk ook een teambuilding sessie. Joop gaf de suggestie om op volgende bijeenkomsten elkaar ook Reiki te geven. Aanstaaende zondag maken we de cursus af met initiaties 3 en 4.

Tijdens de thee na de lunch hebben dr. Bayan, dr. Bahar, Joop en ik zitten praten over verdere samenwerking. Dat was dus nog voor de cursus. Bahar kwam met het idee om de Peshmerga en mannen in gevangenschappen te behandelen. Ze hebben de contacten al, dus daar gaan ze verder over nadenken. Wij hebben aangegeven dat we graag terug willen komen als zij ons willen hebben. Bahar heeft in een proposal aan Hivos al aangegeven dat ze graag art therapy en Reiki willen doen, al wist ze toen nog niet wat Reiki precies inhield.

Zaterdag 8 april 2017 Shaqlawa

Ontbijt in de zon op het terras met brood, jam, gebakken eieren en schapenyoghurt. Daarna aan de slag om het huis weer een beetje toonbaar te maken. Het is net nieuw en de tape zit nog op de kozijnen plus er ligt overeen heel fijn stof. Het schoonmaak team van RWW met onze Koerdische gastvrouwen maakte er een multiculturele actie van! Om 11:00 arriveerden de eerste 2 gasten uit het politieke netwerk van Bahar en Bayan. Koffie en 2 Reiki sessies later was het natuurlijk tijd om wat te eten.

Daarna hebben we gesproken over de politieke situatie in Koerdistan en de wens voor zelfstandigheid voor de Koerden, om te beginnen die in Irak. De beide dames waren erg enthousiast over Reiki en gaven aan dat het een goed plan zou zijn om Reiki te introduceren op de lagere school net als Nistemen. Om dat in de toekomst mogelijk te maken zou het een goed plan zijn, zo zeiden ze, om te beginnen met het oprichten van een Reiki instituut. Met de groep hebben we het erover gehad hoe we in de toekomst Reiki Masters hier kunnen opleiden.

Na de lunch was het tijd voor een korte siësta en de derde gast kwam 's avonds. Ze stelde de Reiki heel erg op prijs en voelde zich daarna een stuk beter. We hadden een laat avondmaal en deden nog een rondje Reiki voor Bajan en Bahar terwijl Soza met veel succes de keuken aan kant maakte 😊

Zondag 9 april 2017 Erbil

Vroeg op, huis aan kant en auto inpakken. Natuurlijk zijn, op goed Koerdische wijze, de plannen een keer of 20 gewijzigd en zijn we natuurlijk niet vertrokken op de tijd die we gepland hadden. Onderweg ontbijt met brood, kaas, yoghurt en gebakken eieren. Eenmaal bij Emma aangekomen zat daar de groep van Shaqlawa en een nieuwe groep van 8 mensen die zo enthousiast waren geworden door de verhalen van de eerste groepen dat ze perse de cursus wilden doen. Dus met een beetje passen en meten hebben we ze ingevoegd. Soza aan de slag met de uitleg, Wij aan de slag met de laatste twee inwijdingen voor de groep van Shaqlawa. Weer zoveel enthousiasten reacties, echt zo bijzonder!

Toen we rond 15:00 vertrokken had de groep van Shaqlawa 4 inwijdingen gehad en hun certificaat wat weer een fotosessie opleverde en de nieuwe groep had de eerste twee inwijdingen gehad. Vrije avond.



Het mooie van de mensen hier is dat ze zo open staan voor Reiki en hun gevoel daarmee en daarover en daar bovenop dat er zoveel behoefte is aan heling van de vele trauma's die ze allemaal zonder uitzondering in de

een of andere oorlog hebben opgelopen. We hebben alweer zoveel voorbeelden gezien van de kracht van Reiki, dat is niet te beschrijven in dit verslag. Mensen waarvan de uitstraling compleet veranderde, mensen die ervaren dat hun angsten verdwenen, mensen die nachten doorsliepen na de inwijdingen, die in hun enthousiasme bleven herhalen hoe blij ze waren en mensen die continu lopen te stralen.

Het leven in Kurdistan is niet eenvoudig. De psychiater dr. Bayan stelt dat iedereen PTSS heeft. Ook in het dagelijkse leven zijn er allerlei ongemakken, al dan niet als gevolg van de oorlogen en zeker als gevolg van het regime van Saddam Hoessein dat erop gericht was de Koerden zoveel mogelijk te onderdrukken en gedwongen te laten integreren. Elektriciteit wordt gedurende bepaalde tijden afgesloten, omdat de kampen ook elektriciteit moeten hebben. Water is niet altijd zeker.

Feitelijk is iedereen welkom in Kurdistan, maar dat is niet altijd makkelijk voor de Koerden zelf die in het thuisland van de niet Koerdische vluchtelingen (de rest van Irak) zelf als vuil behandeld zijn in het verleden en waarschijnlijk nog. Toch stellen ze een voorbeeld te zijn voor de regio, zeg maar grofweg het Midden Oosten. Als iedereen zijn eigen regio krijgt te beginnen met Iraaks Koerdistan, dan kan er hopelijk ooit een einde komen aan de bewegingen waarbij de ene partij de andere wil onderdrukken.

Maandag 10 april 2017 Erbil -> Slemani

In de ochtend de laatste 2 Reiki 1 inwijdingen bij Emma. Gezellig weerzien met de groep die gisteren de cursus afrondde. Tussen de twee inwijdingen door ontstond een goed kringgesprek over Reiki met allerlei vragen waarbij dr. Bayan ook vragen stelde en beantwoordde.



Daarna reisden we van Erbil naar Slemani, ongeveer 3 uur. Daar bezochten we een vriendin van Bayan waar dr. Bahar ook was. De volgende stop was ons verblijf bij de schoonfamilie van Soza, Bajy en de hele familie kwam langs om Soza te begroeten, die ze 5 jaar niet gezien hadden. Op die avond was er een feest van de nicht van Soza, Talar. Grappig genoeg ontstond er een Reiki sessie in de tuin nadat de DJ met de (erg harde) muziek begon en we hebben diverse mensen Reiki gegeven met enthousiaste reacties als dank.

Dinsdag 11 april 2017 Slemani

De netwerkdag in Slemani, voor eventuele volgende missies. Het bleek dat dr. Bayan mails had gestuurd naar 2 organisaties om hun te vragen of ze interesse hadden hun staf ook te laten trainen. Helaas zijn die afspraken

niet gelukt, wat wel lukte was een afspraak met Bayan en ons 3-en. Met de hulp van Bayan en haar overtuigingskracht hadden we al heel snel in beide gesprekken een intentieverklaring voor trainingen voor de volgende keer. We gaan beide organisatie een voorstel doen en dan gaan zij kijken of ze voor funding kunnen zorgen.

We merken dat de onbekendheid van Reiki in Kurdistan het lastig maakt om uit te leggen wat het kan betekenen voor mensen die voor lokale hulporganisaties werken. Zelfs Bayan bereikte met haar mails niet genoeg. Die organisaties zijn wel de beste ingang om zoveel mogelijk mensen hier te bereiken, zoals dat altijd al het geval was in Bosnië. Die organisaties hebben staf die dag in dag uit mensen helpen bij het verwerken van trauma's en het weer op de rails krijgen van hun leven. Die mensen hebben zoveel aan een Reiki training! Daarbij komt dat je niet zomaar in een kamp wordt toegelaten voor sessies en die lokale organisaties regelen die toegang voor ons. Het netwerken met Soza en Bayan was dan ook voor ons de ideale manier om onze samenwerking potentieel uit te breiden. Inmiddels hebben we afgesproken dat de staf van Emma voor ons werk een evaluatie maakt en daarvoor hebben Joop en ik een korte vragenlijst ontwikkeld die we deze keer en volgende keren kunnen gebruiken. Daarnaast hebben we de vragenlijst die we voor RWW al eens ontwikkeld hebben om aan mensen te stellen die een Reiki sessie gehad hebben en die vragenlijst kunnen we mogelijk vertaald in het Koerdisch gaan gebruiken. Daarmee kunnen we rapportages helpen verzorgen die voor lokale organisaties behulpzaam zijn voor het verdragen van de funding.

Woensdag 12 april 2017 Slemani -> Erbil

In de ochtend hadden we tijd voor inkopen in de bazaar voor kadootjes voor de sponsors van de trip en familie/vrienden. Thuis bij Bajy kregen we nog een heerlijke lunch met speciale soep en om 13:00 was het tijd om afscheid te nemen en te vertrekken. Rond half 5 waren we bij Judit in Erbil. Daar kregen we alleen maar cadeaus: een echte douche, een echt bed, even je verhaal kwijt kunnen en een heerlijke Libanese maaltijd.

Donderdag 13 april 2017 Erbil

Aan het einde van de ochtend hebben we Emma bezocht voor een kop koffie, bijpraten, nog wat Reiki sessies en afscheid. Bahar en Bayan hebben het idee om een expertise centrum op te zetten voor 'alternative medicine' met art therapy, Reiki, music therapy enzovoort. In de middag zijn we naar de bazar gegaan en daar hebben we Younes Mohammad weer ontmoet, onze Reiki student van 3 jaar geleden. Volgende keer wil hij graag een paar dagen met ons mee om foto's te maken als het past in de planning.

Observatie: training geven aan mensen van lokale organisaties die hier elke dag met de verschillende groepen vluchtelingen werken is wel de mooiste manier om Reiki te geven. Zij kunnen ten eerste zichzelf helpen, want de belasting van het werk dat ze doen is pijnlijk groot. Ten tweede kunnen ze hun cliënten helpen met Reiki, als extra aanvulling op hun werk. Ten derde hebben we gezien hoe het volgen van de training ook de onderlinge band in het team versterkt, zeker met de mensen die na de training gelijk mee gingen naar de kampen om daar sessies te organiseren.

Vrijdag 14 april 2017 Erbil-> Amsterdam

We hebben de trip afgerond met een dag heerlijk niets doen en Judit dropte ons om 13:30 op het vliegveld. Aan het einde van de avond waren we op Schiphol.