

## **Gedenkplek Fort Nigtevecht** **Een plek van Licht, Liefde en Leven**

Fort Nigtevecht is een bijzondere plek. Eén van haar schone taken is het gedenken, graag geven wij het fort een lichte en Levendige herstart.

Suzan en Mariken zien en ervaren het Fort als een ontvangende voedende plek, een plek die in beweging is, een plek die wat brengt en ook geeft. Midden in de natuur, omgeven door groen en vogels ervaar je het leven en de vergankelijkheid van de natuur. Sterven en de dood zijn onderdeel van de natuur én van het Leven. Beide verdienen een plek die gezien, geëerd en geleefd mag worden.

Na het verlies van een dierbare/geliefde is er pijn. Een zeer levendige pijn van rouw, van gemis, van afscheiding, van herinneringen. Het fysieke afscheid is definitief en betekent oa. voorgoed niet meer knuffelen, niet meer vasthouden. Toch voelt diegene heel dichtbij, de ziel *is* en die blijft. Naast de rauwe rouw, is er in je hart de verbinding. De Liefde is aanwezig naast de pijn van het gemis en verdriet.

Fort Nigtevecht is een prachtige plek om te 'zijn', het is gelegen midden in de natuur onder de rook van Amsterdam. Dáár zit je bij een vuurschaal buiten of bij de haard binnen en *ben* je. Gewoon even zitten en *zijn*. Het is een plek waar letterlijk en figuurlijk ruimte is. Het fort is omgeven door groen, bomen, water, vogels en Leven. Een prachtige plek om het Leven te eren en te vieren.

Je ontmoet Suzan Nengerman bij het vuur en verbind je door de verhalen over je dierbare/geliefde. Ze creëert een ruimte waarin alles er mag zijn, een ruimte waarin je jezelf toestemming kan geven om alle facetten te mogen voelen. Na het verlies van een dierbare kan er donkerte zijn van oude pijn, angst, niet weten of andere stukken die je tegen komt in jezelf. En ook juiste de Liefde!

*'The wound is the place where the Light enters you.'* Mooie woorden van **Rumi**

Een natuurlijke reactie is vaak dat we de pijn willen vermijden, niet willen voelen, ervoor weglopen. Door de pijn, the wound waar Rumi over spreekt, in de diepte te (door) voelen komen we op de plek waar we alle emoties kunnen voelen. De Liefde, de vreugde, verbinding, eenheid, licht, het Leven.

Suzan en Mariken hebben ze een drieluik gecreëerd waarbij **het gaat over** - rouwen - vieren en eren. **Dit krijgt gestalte in** een ritueel op het fort of jouw eigen gekozen plek. Binnen of buiten, naar eigen wens en begeleid en ondersteund door Suzan Nengerman levenscoach. En als je wil is er de mogelijkheid tot het creëren van jouw eigen Gedenkstuk begeleidt door Mariken de Goede – beeldend kunstenaar. Samen zorgen zij voor een onvergetelijke ervaring; en een kunststuk dat wordt gemaakt met liefde, aandacht en natuurlijke materialen.

Suzan leeft het Leven in haar volle glorie. Vol in de vreugde en het grote mysterie van het Leven als ook met de eindigheid en de dood. Meerdere keren heeft zij dierbaren losgelaten. Naast het intense verdriet, opende het voor Suzan ook de oneindigheid van de Liefde en het Leven. Met haar jarenlange ervaring als lifecoach, proces- en ritueelbegeleider weet ze met haar puurheid, liefdevolle energie en scherpte een veiligheid te creëren waarin je jezelf kan en mag zijn.

Mariken is woord en beeld kunstenaar. Ze werkt vaak met groepen, zoekt en vindt vormen om het samen zijn te vatten. In stilte en ruimte weet zij met aandacht iets onvergetelijks te laten ontstaan. Dat wat geen woorden heeft krijgt vorm en beeld; pure schoonheid.