



# Abdij Saint-Joseph de Clairval

Brief van 13 januari 2017,  
feest van heilige Hilarius, b. en krkl.

## Dierbare Vrienden,

«**M**OEDERS geven aan hun kinderen vaak de diepere zin door van het vervullen van de godsdienstplichten, zei Paus Franciscus op 7 januari 2015: in de eerste gebeden, in de eerste gebaren van devotie die een kind leert wordt de waarde van het geloof in het leven van een menselijk wezen vastgelegd. Deze boodschap weten gelovige moeders zonder veel uitleg door te geven; die uitleg komt later, maar de zaadjes van het geloof liggen in die eerste, zeer kostbare momenten.» Heilige Joaquina de Vedruna is zo'n gezinsmoeder geweest door wie dat doorgeven van het geloof heeft plaatsgevonden. Haar leven heeft de vreugde van het moederschap, het verdriet van het weduwschap en vervolgens de volledige toewijding aan het religieus leven omvat.

Joaquina de Vedruna is geboren in Barcelona, in Spanje, op 16 april 1783. Op dezelfde dag ontving zij het Doopsel. Haar ouders, Llorenç de Vedruna, notaris op de Koninklijke Kanselarij in de stad, en Teresa Vidal zullen acht kinderen onder wie twee jongens krijgen; een van de twee, Ramon, zal lid worden van de Academie voor Schone Letteren. In die tijd is Catalonië voor zover het lukt onderworpen aan het centralisme dat is ingesteld door de Bourbons, terwijl de "Franse Verlichting" (dat wil zeggen de sceptische en rationalistische geest ingegeven door wijsgeren zoals Voltaire) de geesten beginnen te bewerken. De familie Vedruna zal wat haar betreft altijd door en door katholiek blijven.

## Een onschuldig verzoek

**H**et kind is vaak diep in gebed verzonken en als haar moeder haar vraagt hoe ze dat doet antwoordt ze: «Mijn middel is binnen ieders bereik. Wanneer ik in de tuin een onkruidje uit de grond trek, vraag ik de Goede God uit mijn hart een tekortkoming te trekken. Wanneer ik naalden gebruik om kant mee te maken, zie ik de doornen die vanwege mijn zonden in het hoofd van JESUS zijn geplant» Op twaalfjarige leeftijd hoort ze God die haar roept tot het religieuze leven. De familie Vedruna is gewend de Mis in het Karmelietenklooster bij te wonen; het meisje vraagt de Priorin onschuldig of ze in de Karmel kan worden toegelaten. De laatste antwoordt haar zachtmoedig dat haar leeftijd een dergelijke stap nog niet toelaat.

Op de Kanselarij in Barcelona is een van de naaste medewerkers van meneer Vedruna een jonge advocaat, genaamd Theodoor de Mas, afkomstig uit Vic, een stad op ongeveer 70 km daar vandaan. Een dergelijke afstand maakt het destijds niet mogelijk dagelijks naar huis terug te keren. Llorenç de Vedruna stelt zijn huis derhalve open voor de jongeman. Theodoor voelt zich weldra aangetrokken tot de charmante Joaquina van nauwelijks zestien jaar oud. De vader is blij bij de gedachte zo'n schoonzoon te krijgen en spreekt er weldra



Heilige Joaquina de Vedruna

Alle rechten voorbehouden

met zijn dochter over. Joaquina voelt zich weliswaar aangetrokken tot het religieus leven, maar ziet in het verlangen van haar vader de uitdrukking van Gods wil met haar. Het huwelijk wordt gepland voor paaszondag 24 maart 1799. Theodoor neemt zijn verloofde mee naar zijn ouderlijk huis maar de jonge Barcelonese valt helaas niet in de smaak bij haar schoonouders, hetgeen een grote dosis onbegrip en spanningen oplevert die pas afnemen wanneer hun eerste dochter, Anna, ter wereld komt. Daarna volgt de ene geboorte op de andere: totaal negen kinderen, twee jongens en zes meisjes waarvan er drie (een jongen en twee meisjes) vroeg zullen sterven; vier meisjes zullen kiezen voor het religieus leven.

«De vreugde van het hebben van kinderen doet het hart van de ouders sneller kloppen en is een belofte voor de toekomst, verklaarde Paus Franciscus op 11 februari 2015. Kinderen zijn de vreugde van het gezin en de maatschappij. Zij zijn geen reproductief biologisch probleem, noch een van de talloze manieren om zichzelf te verwerkelijken. Zij zijn evenmin het bezit van de ouders. Kinderen zijn een gave, een geschenk. Ieder van hen is uniek en onvervangbaar; en ze zijn tegelijkertijd onmiskenbaar met hun wortels verbonden. Een maatschappij die maar met mondjesmaat kinderen voortbrengt, die zich niet graag met kinderen omringt, die hen vooral beschouwt als een zorg, een gewicht, een risico, is ook een gedeprimeerde maatschappij. Wanneer een familie met veel kinderen wordt bekeken als gebukt gaand onder een gewicht, is er iets mis! Het voortbrengen van kinderen moet verantwoordelijk gebeuren, zoals ook de encycliek *Humane Vitae* van de zalige Paulus VI ons leert, maar de keuze voor

meer kinderen is niet automatisch een onverantwoordelijke keuze. Ervoor kiezen geen kinderen te nemen is een egoïstische keuze. Het leven verjongt zich en krijgt energie door zich voort te planten: het wordt er rijker van en niet armer! De kinderen leren voor hun familie te zorgen, ze rijpen door het delen in de te brengen offers, ze groeien door de waardering voor hetgeen ze ontvangen. Gelukkig samenleven met broers en zusters stimuleert eerbied en zorg voor ouders, die onze erkentelijkheid verdienen.»

De Spaanse XIX<sup>e</sup> eeuw is bijzonder onrustig; het land is in oproer door voortdurende oorlogen, pogingen tot opstand, felle strijd om de macht. Napoleon profiteert van het familieconflict waarmee het regerend vorstehuis te maken heeft, en maakt zich meester van het schiereiland. In 1808 wordt Barcelona bezet door het Franse leger en de familie Vedruna vlucht naar het platteland. Theodoor is als officier in dienst van het Spaanse leger tegen Napoleon. Wanneer de vrede is weergekeerd vestigt de familie zich in Barcelona waar Theodoor een zakenkantoor opent. Zijn gezondheid is ten gevolge van de oorlog verzwakt maar hij werkt manmoedig om de zijnen hun dagelijks brood te verschaffen. Op 26 januari 1816 schrijft hij zijn vrouw die zich op de familieboerderij bevindt: «Beste Joaquina, dank voor je aardige brief. Ik ben blij dat jij en de kleine het goed maken. Ik wil dat je zo spoedig mogelijk terugkomt want de jongens maken mij gek: de ene wil aan het toneel, de ander wil herder worden, en ik moet ze erheen brengen. De facturen van de klanten zijn niet betaald en ik schaam me om te vragen wat men mij is verschuldigd. Mogen wij nog vele jaren leven tot elkaars genoegen. Je echtgenoot, Theodoor die van je houdt, slapend, wakend, dromend en rustend.»

### «Ik kies jou!»

**T**wee maanden later wordt Theodoor overvallen door tuberculose die hem in een week, op 6 maart 1816, het graf in jaagt. Joaquina is diep verslagen, maar put uit de contemplatie van de gekruisigde JESUS een onwankelbaar vertrouwen in God de Vader. De nacht waarin haar echtgenoot overlijdt ontvangt ze van JESUS deze woorden: «Nu kies ik je als echtgenote.» Ze vestigt zich op de familieboerderij Mas Escorial in Vic, een door haar man geërfd domein, en aarzelt niet zich te belasten met de taken die horen bij het beheer van een landbouwbedrijf: zorgen voor de boeren, verzorging van het vee, bewerken van de akkers, de belasting betalen, zich verdedigen in processen. Samen met al die activiteiten neemt ze ruim de tijd voor het gebed dat haar sterkt in haar kundigheid, haar aandachtige zachtmoedigheid jegens haar kinderen, en rust brengt in haar hart dat is verwond door het overlijden van haar echtgenoot. Haar zorgzaamheid strekt zich tevens uit over haar huispersoneel door haar aandacht voor hun lichamelijke en geestelijke behoeften. Men ziet haar samen met de dienstboden de vloer van het huis vegen en de vaat wassen. Zo verlopen tien jaar van haar weduwschap (1816-1826).

«Moeders, zo zei Paus Franciscus op 7 januari 2015 zijn het krachtigste tegengif voor de verspreiding van het egoïstisch individualisme. "Individu" betekent "die zich niet kan delen". Moeders, daarentegen, "delen zich"

vanaf het moment waarop zij een kind dragen om het ter wereld te brengen en op te voeden. Wat lijdt een moeder niet! Zij zijn het die getuigen van de schoonheid van het leven. Aartsbisschop Oscar Arnulfo Romero zei dat moeders martelaressen van het moederschap zijn. Ja, een moeder zijn betekent niet alleen een kind ter wereld brengen, het is eveneens een levenskeuze. De levenskeuze van een moeder is de keuze voor het geven van leven. En dat is groots, dat is mooi. Een maatschappij zonder moeders zou een onmenselijke maatschappij zijn omdat moeders altijd, zelfs op de ergste momenten, weten te getuigen van tederheid, toewijding, morele kracht. Zonder moeders zouden er niet alleen geen nieuwe gelovigen meer komen, maar het geloof zou een groot deel van zijn eenvoudige en diepgaande warmte verliezen. En de Kerk is moeder; zij is onze moeder! Wij zijn geen wezen, wij hebben een moeder! Wij zijn geen wezen, wij zijn zonen van de Kerk, wij zijn zonen van de Maagd, en wij zijn zonen van onze moeders.»

### De Heer wil iets anders

**A**ls jonge weduwe van drieëndertig maakt Joaquina indruk op de wereldse maatschappij van Vic, maar het enige wat haar aantrekt is de roep van de Heer die een lichtstraal is geworden die haar hart in vuur en vlam zet, te meer daar meerdere kinderen van haar al hun plaats in het leven hebben gevonden. Ze intensiveert de zorg voor de armen waarvan er zoveel zijn in die tijd. Soms gaat ze, vergezeld van haar dochters, naar het hospitaal om de zieken te verzorgen en ze te helpen goed te sterven. Op een dag in 1819 weigert haar hengst haar te gehoorzamen en houdt stil voor de kerk van de Kapucijnen. Een kloosterling komt naderbij en zegt: «Ik wachtte op u.» Het was Broeder Stefanus die onlangs was belast met de verzorging van preken in Vic en omgeving. Deze zeer sober levende Kapucijn wordt haar geestelijk leidsman. Tijdens een van zijn tochten door de dorpen van het boerse Catalonië constateert de kloosterling missionaris de armoede, de verwaarlozing en het leed dat het leven kenmerkt van deze bevolking, evenals de dringende behoefte aan een betrouwbare organisatie die hulp kan bieden. Uit de ontmoeting tussen deze twee apostelen komt het plan voort een nieuw type apostolisch religieuze congregatie te stichten welke aan deze noden tegemoet kan komen. Joaquina laat haar aspiraties om slotzuster te worden rusten en zet zich in voor de stichting van een nieuwe vrouwenorde van verpleegsters en onderwijzeressen ten dienste van de armen. Ze legt het zo uit: «Het was mijn bedoeling in het klooster te gaan, maar ik heb de indruk dat Onze-Lieve-Heer iets heel anders van mij wil: opleiden van Zusters die alle noden van de mensen willen lenigen door de verzorging van de zieken of door het onderricht geven aan jonge meisjes.»

Door het instellen van het jubeljaar van de Barmhartigheid, spoort Paus Franciscus de christenen aan de werken van barmhartigheid te beoefenen: «Het is mijn groot verlangen dat het christenvolk nadenkt tijdens het jubeljaar over de lichamelijke en geestelijke werken van barmhartigheid. De prediking van JESUS geeft een overzicht te zien van deze werken van barmhartigheid opdat wij kunnen begrijpen of wij wel of niet leven als zijn discipelen. Laten wij de

werken van lichamelijke barmhartigheid opnieuw ontdekken: de hongerigen spijzen, de dorstigen laven, de naakten kleden, de vreemdelingen herbergen, de zieken verzorgen, de gevangenen bezoeken, de doden begraven. En laten we de geestelijke werken van barmhartigheid niet vergeten: de onwetenden onderrichten, in moeilijkheden goede raad geven, de bedroefden troosten, de zondaars vermanen, het onrecht geduldig lijden, beledigingen vergeven, vervelende personen geduldig verdragen, God bidden voor de levenden en overledenen. Mogen de woorden van de Apostel ons begeleiden: *als u barmhartigheid bewijst, doe het blijmoedig (Rom 12,8)!*» (*Afkondigingsbul van het Buitengewoon Jubeljaar van de Barmhartigheid*, 11 april 2015).

Ter voorbereiding op haar stichtingsmissie beoefent Joaquina urenlang het stil gebed zonder evenwel de haren haar moederliefde te onthouden, en zich met evenveel geestdrift aan werken van liefdadigheid als aan zware penitenties te wijden. Ze geeft blijk van een uitgesproken voorkeur voor liturgische gebeden en weet door te dringen tot de rijkdom en bekoorlijkheid ervan. Haar spiritualiteit steunt eveneens op de diepgaande ervaring van de liefde van God de Vader, een liefde die de menselijke natuur van JEZUS zichtbaar maakt en welke de Geest inspireert tot navolging van CHRISTUS. De ziel van Joaquina wordt getransformeerd en de Heer begunstigt haar met buitengewone spirituele gaven: extases, vervoeringen en verheffingen. Deze verschijnselen keren de rest van haar leven regelmatig terug en krijgen, ondanks haar pogingen die zoveel mogelijk te verbergen, vele getuigen.

### Onbegrip en kritiek

In april 1825 komt er een nieuwe bisschop, Mgr. Corcuera, in Vic ter vervanging van zijn voorganger die was vermoord. De prelaat toont belangstelling voor Joaquina's plan, hoe ongebruikelijk en vernieuwend het ook moge zijn. Op 6 januari 1826 legt deze tijdens een Mis op tweeënveertigjarige leeftijd de drie geloften af in de handen van de prelaat. Haar jongste dochter is nog maar elf jaar; dat komt haar te staan op onbegrip en kritiek. In werkelijkheid zal de stichteres, ook al is ze in het religieuze leven gegaan, haar kinderen heel nabij blijven. Weldra voegt een van hetzelfde ideaal bezielde groep jonge meisjes zich bij haar. Deze meisjes van eenvoudige afkomst worden zich gewaar dat God hen roept tot het religieus leven, maar kunnen geen bruidsschat inbrengen; bij gevolg kunnen zij, zoals het canoniek recht het in die tijd bepaalde, onmogelijk intreden. In haar officiële verzoekschrift aan de bisschop, doelend op de oprichting van de communiteit, schrijft de stichteres: «Joaquina de Mas y de Vedruna heeft het verlangen voor de glorie van God en het welzijn van de naaste te werken door zich te verenigen met enkele arme, God vurig liefhebbende zielen; zij zouden graag religieuzes willen worden, maar daar zij niet tot kloosters worden toegelaten, zouden zij hun liefde voor JEZUS niet anders kunnen uiten. Daarom smee ik Uwe Excellentie»

Joaquina bouwt geen enkel klooster: het landhuis dat ze van haar man heeft geërfd wordt de bakermat van de nieuwe congregatie. Op 26 februari 1826 wordt het instituut tijdens een Mis bij de Kapucijnen van de stad officieel

gesticht en nemen negen meisjes erin dienst; de stichting komt, op verzoek van de bisschop, onder beschermvrouwschap van Onze-Lieve-Vrouw van de Berg Karmel te staan. In 1850 wordt deze definitief goedgekeurd onder de naam "Congregatie van de Zusters Karmelietessen van de Liefde". In het landhuis dat hun noviciaat is geworden openen deze apostolische Karmelietessen een meisjesschool; bovendien bieden zij aan 's nachts voor de zieken te zorgen. Joaquina is een ware moeder voor haar metgezellinnen die voor het merendeel jonger zijn dan haar eigen kinderen. Broeder Stefanus die voor hen een geheel van franciscaanse spiritualiteit doordrenkte Regel had geschreven sterft in 1828, en Joaquina moet het nieuw geboren werk voor haar rekening nemen zonder de kostbare steun van deze geestelijke leidsman. Ze is zeer gevoelig voor de vriendschap van de priesters die zij kent en lijdt eronder als die haar lijken te vergeten. In een brief aan de priorin van een klooster schrijft ze: «Zegt u tegen abt Francesc dat ik niet weet of hij dood is of nog leeft; ik kan hem niet vergeten, maar hij, denk ik, wel, want ik heb geen woord meer van hem ontvangen. Doet u hem maar de groeten.»

### «Stel haar gerust!»

In die tijd is de bevolking van het land grotendeels analabeet en krijgen vooral mannen onderricht. Joaquina richt zich tot de stadhuisen om wettelijke bescherming te verkrijgen voor en opening van lokalen die voor het onderwijs van meisjes zijn bestemd. Haar discipelen zijn de eerste aan onderwijs gewijde religieuzes in Spanje. De Moeder wil geen lijfstraffen in haar scholen en zet het gezegde: "De letter gaat er met straf in" om in "De letter gaat er niet met straf maar met liefde in". Haar religieuzes geeft ze de raad: «Laat niet toe dat een leerlinge ontevreden en geërgerd de school verlaat. Als u zich in de klas boos heeft gemaakt op een van hen, stel haar dan gerust voor de school uitgaat en zorg ervoor dat ze voelt dat u veel van haar houdt.» Opdat haar religieuzes zich aan veeleisende taken kunnen wijden, hebben ze een goede gezondheid nodig. De stichteres verklaart daarom: «Ik wil jullie allemaal tevreden zien, met smaak zien eten en 's nachts goed uitrusten. Ja, wees blij, JEZUS woont graag in het hart van een zuster die alles met heilige vreugde aanvaardt.» In een brief aan een novice meesters schrijft Joaquina: «Daar er onder de novices ook angstvallige meisjes zijn, moet aan die angst een einde worden gemaakt. Laat die meisjes zich beijveren altijd te doen hetgeen God wil dat zij doen!»

Dankzij nieuwe wetten die liefdadigheid beschermen kunnen Joaquina en haar zusters hun diensten aanbieden aan de gemeentelijke hospitalen. Als dochter en echtgenote van mannen van de wet weet zij de van kracht zijnde wetgeving uit te buiten om de armen, haar beschermelingen, te hulp te komen. De invloed van het werk op de gemeentelijke overheden en de bevolking neemt zozeer toe dat er steeds meer roepingen komen en dat men uit alle steden aanvragen ontvangt voor de diensten van de Karmelietessen van de Liefde. Hoewel de congregatie pas zeven jaar bestaat, heeft de eerste Carlistische oorlog tot gevolg dat bijna alle huizen worden gesloten en Joaquina in de gevangenis belandt. Zij wordt inderdaad behandeld als vijand van de zegevierende Staat want een van haar zonen heeft dienst genomen in



de carlistische milities (legitimistische monarchisten, aanhangers van Don Carlos, die gekant zijn tegen de liberale monarchie van Madrid). Na een beproevende vervolging en een kort verblijf in de gevangenis, moet ze uiteindelijk uitwijken naar Frankrijk waar de stad Perpignan haar welkom heet voor een verblijf van drie jaar (1840-1843). Van daaruit kan ze echter wel briefwisselingen onderhouden met haar communauteiten die door de regering gespaard zijn. Het leven in de hoofdstad van de Roussillon is niet gemakkelijk; de vijftien Zusters en de Overste, gevestigd in een krappe woning waarin ze overleven dankzij hier en daar wat werk te verrichten, zullen de dood zien van drie onder hen. De stichteres schrijft aan haar vervangster bij de Spaanse communauteiten: «Ondanks alles wat ik hier op dit moment meemaak, wat ik al heb meegemaakt en alles wat ik zie, staat God mij steeds bij door mij moed te geven zodat ik, niet helemaal bezwijk. Derhalve kan ik, lieve dochter, verklaren dat in de kruisweg degene die alles draagt JESUS is. Amen! Vooruit!» De zo uiteenlopende, onvoorzienne en verwarrende omstandigheden van haar leven hebben Joaquina geleerd dat overgave in de handen van God het mogelijk maakt alles te doorstaan. Haar apostolische dynamiek blijft doordringen van contemplatief leven. Tijdens haar talrijke bezigheden blijft ze nauw verbonden met God; haar lijfspreuk zou kunnen zijn: "Daadkrachtig door contemplatie".

### Een bemoediging van onschatbare waarde

**T**erug in Vic, in 1843, krijgt Joaquina, vanwege de Carlistische sympathieën van haar zoon, waarvoor ze overigens niet verantwoordelijk is, de vijandigheid van de bisschop jegens haar te verduren. Ze aanvaardt dit onrecht stilzwijgend. Gelukkig biedt de ontmoeting met heilige Antonius-Maria Claret haar een bemoediging die van onschatbare waarde zal zijn. Deze apostel neemt de verdediging van de zusters ter hand op de manier van een vader of een broer. Hij steunt de stichteres waar hij maar

kan, met name bij de vorming van de novices, en stelt haar herstructurering van de oorspronkelijke regel voor, welke uiterst vruchtbaar zal blijken. Er wordt een nieuw noviciaat geopend (dat was in 1840 gesloten). Na het overlijden van Eerwaarde Claret, zullen de Claretijner Missionarissen, zijn geestelijke erfgenamen, de broederlijke hulp aan de zusters voortzetten. Ondanks de talrijke problemen die de burgeroorlog met zich meebrengt ontwikkelt het instituut zich, eerst in Catalonië, vervolgens in heel Spanje en tot in Zuid-Amerika. Tussen 1843 en 1853 sticht Moeder Joaquina negentien communauteiten bestemd voor openbare scholen en gemeentelijke hospitalen.

Uitgeput door zoveel plichtsbetrachting, zijn de krachten van Moeder Overste afgenomen. In 1849 is ze al het slachtoffer geweest van een cerebro vasculair accident. Gezeten in een rolstoel aanschouwt ze hoe haar werk zich gestadig ontwikkelt in de handen van haar die haar moet opvolgen. Op de ochtend van 28 augustus 1854 is ze in Barcelona, waar ze zich eind 1852 heeft gevestigd, het slachtoffer van een hartaanval. De cholera-epidemie is haar diezelfde dag, tegen drie uur in de namiddag, op eenenzeventigjarige leeftijd, fataal; deze cholera-plaag zal vierhonderd slachtoffers maken in het Huis van de Liefde dat zij zelf heeft gesticht. Joaquina de Verduna, weduwe, laat zes levende kinderen achter, elf kleinkinderen en een instituut dat 150 zusters telt die zijn verspreid over dertig communauteiten. Zalig verklaard door Pius XII op 19 mei 1940, wordt ze op 12 april 1959 door heilige Johannes XXIII heilig verklaard. Onder de mantel van Onze-Lieve-Vrouw van de Berg Karmel zetten de Derde Orde Karmelietessen van de Liefde-Vedruna zich tegenwoordig nog onvermoeibaar in voor de dienstverlening aan de volken. Momenteel zijn ze met meer dan 2500 zusters die hun missie in zesentwintig landen in vier werelddelen uitoefenen.

Heilige Joaquina herinnert ons eraan dat wij, welke onze levensstaat ook moge zijn, ons kunnen heiligen en leven in overeenstemming met de zienswijzen van de Heer «die roept»; zij toont aan dat een leven van opofferingen in de geest van nederigheid en gebed een korte weg naar de Hemel is. Laten wij profijt trekken in ons leven van hetgeen zij ons heeft geleerd.

*Dom Antoine Marie o.s.b.*

- Om de brief van de Abdij Saint-Joseph de Clairval (gratis) te ontvangen, gelieve u te wenden tot het adres hieronder.
- Met dank ontvangen wij graag de adressen van eventuele lezers die u ons wil opzenden.

– voor België : IBAN : BE41 0001 3398 7110 ; BIC : BPOTBEB1, ten name van "Abbaye Saint-Joseph".  
– voor Nederland : IBAN : NL77 INGB 0000 4887 75 ; BIC : INGBNL2A, ten name van "Abbaye Saint-Joseph", Girokantoor 's-Gravenhage.  
– Bankkaart : Visa, CB, Mastercard, American express: cf. onze site [www.clairval.com](http://www.clairval.com)

Abbaye Saint-Joseph de Clairval (Nederlandse ed.) ISSN: 1956-3892 - Dépôt légal: date de parution - Directeur de publication: Dom Antoine Beauchef - Imprimerie: Traditions Monastiques - 21150 Flavigny-sur-Ozerain.

**ABBAYE SAINT-JOSEPH DE CLAIRVAL – 21150 FLAVIGNY-SUR-OZERAIN – FRANCE**

Fax : 00 33 3 80 96 25 29 – E-mail : [abdij@clairval.com](mailto:abdij@clairval.com) – Página web: <http://www.clairval.com/>