

lichaamsbewustwording **creativiteitsbevordering** zin
gevingsvragen spirituele ontwikkeling lichaamsbewust
wording creativiteitsbevordering zingeingsvragen spiri
tuele ontwikkeling lichaamsbewustwording creativiteits
bevordering **zingeingsvragen** spirituele ontwikkeling
lichaamsbewustwording creativiteitsbevordering zinge
ingsvragen spirituele ontwikkeling lichaamsbewustword
ing creativiteitsbevordering zingeingsvragen spirituele
ontwikkeling lichaamsbewustwording creativiteitsbevor
dering zingeingsvragen spirituele ontwikkeling lichaa
msbewustwording creativiteitsbevordering zingeingsvra
gen spirituele ontwikkeling **lichaamsbewustwording** cre
ativiteitsbevordering zingeingsvragen spirituele ontwik
eling lichaamsbewustwording creativiteitsbevordering zin
gevingsvragen **spirituele ontwikkeling** lichaamsbew
ustwording creativiteitsbevordering zingeingsvragen

2011-2012

DE



STILTEKAMER

Voorwoord	3
Introductiedag	4
Lichaamsbewustwording	
Primitieve dans	5
T'ai Chi Ch'uan	6, 7
Hart Qi Gong	8
Creativiteitsbevordering	
Mantra zingen	9
Soefisme en mystieke ritmes spelen op de Daf	10
Duurzaamheid of cradle to cradle	11
Natuurlijk creatief	12
Ontmoeting in de keuken	13
Zingeingsvragen	
Inleiding Zen-meditatie	14
Neuro Linguïstisch Programmeren (NLP)	15
Werken met Dromen	16
Inleiding in de Kabbala	17
Spirituele Ontwikkeling	
Joods Leerhuis: Leren met hart en hoofd	18, 19
Grensbewoners: Islam hier en nu	20
2012: De Maya's en hun spiritualiteit	21, 22
Heilige Huisjeswandeling	23
Maand van de Spiritualiteit	24
Nacht der Zielen	25
Op Sterre Wijze	26
Wandelen met verhalen	27
Voettocht Assisi	28
Praktische gegevens	29
Informatief	30

Beste lezer,

Met veel genoegen reiken wij u hierbij onze programmagids voor het nieuwe seizoen 2011 – 2012 aan. Het Stiltekamerprogramma van stichting 't Groenewold is een handreiking van korte cursussen op het vlak van bewustwording, (spirituele) ontwikkeling of leerhuis in religieuze traditie.

Elke jaargang zoeken we zo naar elementen die deze weg van persoonlijk leren ondersteunen. Sommige elementen in het aanbod treft u derhalve al jarenlang aan. Dit omdat het groepen van deelnemers betreft waarvoor zulke wegen een vast bestanddeel van hun leven vormen. Voor anderen willen we graag een plaats zijn waar zo'n zoektocht een begin vindt en langzaam tot een weg kan worden. Daarom treft u in deze gids naast vertrouwde ook weer nieuwe dingen aan.

In die wegen van leren zijn overeenkomsten aanwezig. Eén daarvan is dat leren niet alleen met ons hoofd gebeurt, maar dat gevoelens, ervaringen, stilte en zelfs betere manieren van bewegen tot wezenlijke instrumenten van onze persoonsvorming behoren. Met de aangeboden thema's proberen we zo te komen tot een beter begrijpen en aanvoelen van jezelf, je medemens en de ons omringende wereld. Zo'n leerdoel kan niet zonder het respect en de aandacht voor andere culturen, gebruiken en overtuigingen van medemensen.

Spreekt één of meerdere van de cursussen u aan of heeft u vragen, neem dan gerust contact op met het secretariaat. Wij wensen ieder het komend seizoen bij voorbaat een inspirerende leerweg toe.

De Stiltekamercommissie.

De Stiltekamer is een onderdeel van Stichting 't Groenewold.
Het programma is bedoeld als handreiking aan mensen die stil willen staan
bij hun eigen bestaan en spirituele ontwikkeling.

Het programma wordt aangeboden vanuit een oriëntatie die wortelt in de joodse
en christelijke traditie en die een ontmoeting nastreeft met andere (religieuze) tradities.
De verschillende onderdelen maken de eigen levensovertuiging en de eigen vragen,
verlangens en standpunten in relatie met de ander bespreekbaar. De aspecten die daar binnen aan bod komen zijn:

- lichaamsbewustwording
- creativiteitsbevordering
 - zingevingsvragen
- spirituele ontwikkeling.

Afhankelijk van de cursus kunnen één of meerdere aspecten een zekere nadruk krijgen.
Deze aspecten komen voort uit een breder verstaan van joods-christelijke spiritualiteit.
Een opvatting waarin rekening gehouden wordt met 'heel de mens', de mens in zijn dimensies van
lichamelijkheid, creativiteit, zingevend vermogen en religieus verlangen.

Dinsdag 6 september
19.30 - 22.00 uur

Op deze avond kunt u kennis maken met een aantal (nieuwe) cursusonderdelen binnen het Stiltekamerprogramma. De onderdelen die worden aangeboden zijn:

Werken met dromen
Neuro Linguïstisch Programmeren (NLP)
Duurzaamheid of cradle to cradle
Hart Qi Gong
Inleiding zenmeditatie
Soefisme en mystieke ritmes spelen op de daf

De eerste ronde is van 19.30-20.30 uur en de tweede ronde is van 20.45-21.45 uur. U kunt dus aan twee workshops deelnemen. Inschrijven voor de workshops kan vanaf 19.00 uur. Deelname is gratis

In de ochtend van 6 september is er de mogelijkheid om (gratis) een les mee te doen met Primitieve Dans van 9.15 tot 10.30 uur.



Aanmelden

Wilt u aan één of meerdere onderdelen deelnemen dan is het van belang om u tijdig aan te melden, uiterlijk één week voor aanvang van een cursus. U kunt dit doen via onze website www.stichtinggroenewold.nl of door de bijgesloten aanmeldingskaart in te vullen en terug te zenden naar 't Groenewold, Begijnengang 17, 5911 JL Venlo. Telefonisch aanmelden kan ook. Trefzekerste tijd: dinsdag t/m vrijdag van 9.00 - 13.00 uur (077-3546689). Voor alle cursussen geldt dat uw aanmelding pas definitief is als het cursusgeld is ontvangen.

Betaling

Uw betaling is de voorwaarde voor de definitieve inschrijving. U kunt het cursusgeld overmaken op giro 135961 t.n.v. 't Groenewold o.v.v. de betreffende cursus. Indien de kosten een drempel zijn om aan de cursussen deel te nemen kunt u hierover contact opnemen met 't Groenewold. De onkosten voor koffie en thee zijn in het cursusgeld opgenomen. U hoeft hiervoor niet meer apart te betalen.

Bevestiging inschrijving

Bij aanmelding ontvangt u van ons een bevestiging van uw definitieve inschrijving. Als een cursus vol is of niet doorgaat bij onvoldoende aanmeldingen, krijgt u van ons bericht en wordt het inschrijfgeld teruggestort.

Verhinderung

Bij verhindering verzoeken wij u dit ons zo spoedig mogelijk te melden; liefst telefonisch (tel. 077-3546689 dinsdag t/m vrijdag van 9.00-13.00 uur). Na de aanvang van een cursus is terugbetaling niet meer mogelijk.

Informatie

Voor meer informatie over stichting 't Groenewold en het Stiltekamerprogramma kunt u onze website raadplegen: www.stichtinggroenewold.nl

't Groenewold
Begijnengang 17
5911 JL Venlo
Tel. 077-3546689
Email: st.groenewold@home.nl

Uit je hoofd, in je lijf

Primitieve dans is een vrije dansvorm. Het is een plezierige manier om door middel van dans meer lichaamsbewustzijn op te bouwen. De dans helpt om meer beweging te gaan voelen en je hierdoor ook vrijer te voelen in en met je lichaam. Primitieve dans is een heerlijke manier om te genieten van je lichaam, je eigen dans, de mensen en je werkt toch aan een gezonde conditie. Het wekelijkse onderhoud van je lichaam doet je goed, geeft een moment van bezinning en plezier. Het is voor iedereen die van dans en mooie wereldmuziek houdt, die het niet zo heeft op pasjes en zich minder thuis voelt in de sportschool. Grijp je kans!

De danslessen beginnen met een uitgebreide opwarming, waarmee de verbinding gelegd wordt tussen het leven van alledag en de dans. Ik bereid de lessen meestal voor rond een thema. Inspiratie haal ik uit de dingen die ik tegen kom, mijn eigen lijf, of ervaringen met andere dansers. Hierdoor vindt er steeds een dynamische afwisseling plaats binnen de lessen. Geen les is hetzelfde. De lessen zijn voor mannen en vrouwen en zijn niet aan een bepaalde leeftijd gebonden.

Najaar 2011

Begeleiding: José Berkers
 Data: dinsdag 6-13-20-27 september, 4-11-18 oktober, 1-8-15-22-29 november, 6-13-20 december
 Tijd: 9.15-10.30 uur
 Kosten: € 105,00
 Aantal deelnemers: minimaal 8 - maximaal 10

Voorjaar 2012

Begeleiding: José Berkers
 Data: dinsdag 3-10-17-24-31 januari, 7-14-28 februari, 6-13-20-27 maart, 3-10-17-24 april, 8-15-22-29 mei, 5-12 juni
 Tijd: 9.15-10.30 uur
 Kosten: € 154,00
 Aantal deelnemers: minimaal 8 - maximaal 10

José Berkers volgde tussen 2001-2002 de opleiding primitieve dans bij St.Danza, zij geeft inmiddels ruim negen jaar les. Sinds het najaar 2003 geeft zij les binnen 't Stiltekamerprogramma aan een groep enthousiaste dansers. Tussen 1995 en 2007 volgde zij zelf wekelijkse danslessen bij Lucia Bliersch van stichting Danza in Eindhoven aangevuld tussen 2003 en 2007 met eutonielelessen van Jill Penton. In 2009 heeft zij de opleiding tot biodynamisch massagetherapeut afgerond. Momenteel is zij met de vervolgopleiding bezig. Al deze invloeden worden in meer of mindere mate gebruikt bij de wekelijkse lessen. (www.joseberkers.nl)

Elk jaar begeleidt de Franciscaan Matti Jeukens groepen wandelaars van Narni Scalo (ten noorden van Rome) of vanuit Florence naar het Assisi van Franciscus. Je zou het moderne pelgrimstochten kunnen noemen. Het zijn wonderlijke tochten want al lopende probeert men voeling te krijgen met hetgeen Franciscus (1181-1226) bezielde zou kunnen hebben. Het zijn daarom tevens sobere tochten. Je bent samen in onderlinge verbondenheid onderweg en draagt ook zorg voor elkaar. De route gaat over weggetjes en paadjes waar doorgaans maar weinig mensen komen. Slapen doen de groepen veelal in kloosters, schooltjes of parochiegebouwtjes. Het zijn de plekken die feitelijk een belangrijke rol in de Franciscaanse traditie spelen en waarover vele verhalen bestaan. Deze Fioretti worden onderweg verteld en maken dat men ook heden ten dage vragen stelt over de kern van ons (eigen) leven. Het is een spiritualiteit van de voeten waarin je op speelse wijze in contact komt met de kern van de Franciscaanse spiritualiteit.

Wie zo'n tocht graag eens mee wil lopen kan contact opnemen met het secretariaat. Het Groenewold biedt al een aantal jaren deze wandeltochten i.s.m. de Franciscanen aan en is voornemens om in de zomervakantie van 2012 een tocht van Florence naar Assisi (18 dagen) te organiseren. Wees er wel op tijd bij want er is maar plaats voor 16 personen.

Begeleiding:	Matti Jeukens ofm
Data:	2 t/m 20 juli 2012
Informatie-avond:	woensdag 28 maart 2012
Kosten:	(±) € 850,00 (exacte bedrag wordt nog nader bepaald)

Mattie Jeukens is Franciscaan en pastor van de parochies H. Familie, Onze Lieve Vrouw van Lourdes en H. Gulieëlmus in Maastricht. Hij organiseert moderne pelgrimstochten in de vorm van voettochten naar Assisi en Vezelay

ENERGIE IN BEWEGING GEBASEERD OP T'AI CHI CH'UAN

Waarom zou je T'ai Chi Ch'uan gaan beoefenen?

Deze vorm combineert een aantal 'voordelen' voor de beoefenaars:

1. Het is van oudsher een zelfverdedigingskunst die ook nog op latere leeftijd beoefend kan worden.
2. Het is een zachte, aandachtige en meditatieve manier van bewegen die heel ontspannend werkt.
3. Het is een Chinese vorm van bewegen en je maakt al doende heel langzaam en heel praktisch kennis met begrippen als yin, yang, meridianen, chakra's, Chi, enzovoorts.
4. Bij dagelijkse beoefening kan deze bewegingsvorm een aantal bijzondere effecten op je (lichamelijke) welzijn hebben: je gewrichten worden soepeler, de bloeddruk kan lager worden; je houding wordt meer ontspannen en je komt meer in balans, je komt dichterbij je lichaam, je wordt kalmer en evenwichtiger. De ademhaling verbetert, je leert meer vanuit je 'buik' te bewegen en je komt steviger op de grond te staan, enzovoorts...
5. Om te beginnen met T'ai Chi Ch'uan is je interesse belangrijker dan een goede lichamelijke conditie.

Welke instroommogelijkheden zijn er?

Er bestaan 3 vaste groepen.

1. **Een beginnersgroep** (20.15-21.15 uur). Deze mensen kunnen na verloop van tijd doorstromen naar de middengroep.
2. **Een middengroep** (19.00-20.00 uur). Deze mensen kunnen na verloop van tijd doorstromen naar de topgroep in Venlo of uitstromen naar een andere topgroep in Tegelen of Swalmen.
3. **Een topgroep** (17.45-18.45 uur) die de hele vorm beheerst. Hier stromen andere cursisten in.

Najaar 2011

Begeleiding:	Jos Kleijnen		
Data:	dinsdag 13-20-27 september, 4-11-18 oktober, 1-8-15-22-29 november, 6-13 december		
Tijd:	Topniveau:	17.45-18.45 uur	
	Middenniveau:	19.00-20.00 uur	
	Beginnersniveau:	20.15-21.15 uur	
Kosten:	€ 91,00		
Aantal deelnemers:	minimaal 6 - maximaal 8 per groep		

In samenwerking met het NIVON-Venlo organiseren we een meditatieve wandeltocht op Paaszaterdag in Zuid-Limburg. Met het thema 'Wandelen met verhalen' willen we aangeven dat lopen een manier kan zijn om je doel te bereiken, maar dat het onderweg zijn daarbij belangrijk is.

Het lopen is het middel om tot jezelf te kunnen komen. We nemen daarbij als leidraad verhalen die tijdens de tocht worden verteld.

Een maand van tevoren zal deze tocht ook middels de folder van het NIVON onder de aandacht worden gebracht. Rondom de praktische zaken krijgt u van tevoren bericht.

De tocht is speciaal bedoeld voor wandelaars en zal ongeveer 15 km. lang zijn.

Voorjaar 2012

Begeleiding: Jacques Peeters i.s.m. NIVON

Datum: zaterdag 7 april

Aanmelden: vóór 1 april 2012 bij het NIVON tel. 077-3826922

Voorjaar 2012

Begeleiding:	Jos Kleijnen		
Data:	dinsdag 17-24-31 januari, 7-14-28 februari, 6-13-20-27 maart, 3-17-24 april, 8-15-22 mei, 5-12-19 juni		
Tijd:	Topniveau:	17.45-18.45 uur	
	Middenniveau:	19.00-20.00 uur	
	Beginnersniveau:	20.15-21.15 uur	
Kosten:	€ 133,00		
Aantal deelnemers:	minimaal 6 - maximaal 8 per groep		

Trainer/coach Jos Kleijnen heeft vanaf 1976 tot 1986 een aantal vechtsporten beoefend, waaronder met name Kyokushinkai en Shotokan Karate. Vanaf 1996 volgt hij de korte Yang vorm T'ai Chi Ch'uan bij Gijs Vorstermans. Hij volgt nog steeds lessen in T'ai Chi, Aikido (de weg van harmonie en levenskracht) en Chenghsin (waar zijn). In het winterseizoen (van september tot mei) werkt hij als coach en trainer met volwassenen en kinderen (in groepen) voor allerlei organisaties in Midden en Noord-Limburg. Hij geeft dan o.a. T'ai Chi, Chi Kung, Rots&Water, Marietje Kessels, Psychische en Fysieke weerbaarheid, Innerlijke Kracht, Intuïtieve Ontwikkeling en Individuele Begeleiding. In het zomerseizoen (van mei tot en met september) werkt hij, zoveel mogelijk, met mensen en kinderen in de natuur. Van eenvoudige bostochten, natuurmeditaties, blotevoetentochten, wandelcoaching tot en met complete 5-daagse natuurtrainingen in het Nationaal Park.

Op weg in de Advent

Veel van wat wij gedurende ons leven meemaken heeft een cyclische gang. We zeggen wel eens dat het leven, de natuur, opgebouwd is uit steeds weer dezelfde beweging. Het leven is als een soort wiel. Het levenswiel dat een weg aflegt en weer eenzelfde beweging maakt.

Met de Advent markeren we feitelijk ook zo'n punt. Een weg vol voetsporen en bestemmingen, al dan niet gehaald, ligt achter ons. Voor ons bevindt zich een nog onbetreden pad, waarop we weliswaar veel zullen herhalen van hetgeen we zijn, maar dat ook weer op een nieuwe, op een andere wijze zullen doen. Deze voortdurende vernieuwing, daar wil Advent ons als het nieuwe begin dat wordt aangezegd, van bewust maken. Dat uiteindelijk uit al het oude, de reeds afgelegde weg, telkenmale nieuw leven geboren wordt. Tot uiteindelijk het duister van de donkere wintertijd wijkt voor de geboorte van het nieuwe licht.

In deze Adventstijd willen we hierbij stilstaan, om te beseffen dat ieder van ons dit levensritme (rond de Kersttijd wellicht in bijzondere mate) meemaakt.

Door de Jongerenkerk Venlo wordt er op 18 december, de 3e zondag van de Advent, een Adventswandeling gehouden. U bent van harte uitgenodigd om mee te lopen, af en toe stil te staan en ons te verwonderen onder de sterrenhemel. Aansluitend zijn we te gast bij de Zusters Dominicanessen in het klooster Albertushof voor een Adventsprogramma (met muziek en meditatie) en na afloop een gezellige ontmoeting.

Najaar 2011

Begeleiding: Jongerenkerk Venlo
Datum: zondag 18 december
Tijd: 19.00-19.45 uur wandeling
Verzamelen om 19.00 uur bij de Jongerenkerk

Om 20.00 uur vindt de meditatieviering plaats in de kapel van Albertushof, Hakkesstraat 26, Venlo.

Bij voorkeur graag aanmelden. Het (wandel)programma is kosteloos.

Qi Gong is naast de kruidengeneeskunde en acupunctuur een onderdeel van de Traditionele Chinese Geneeskunde. Qi staat voor de levensenergie en Gong staat voor kunst en oefening. Qi Gong brengt met behulp van specifieke houdings-, bewegings- en ademhalingsoefeningen lichaam en geest in evenwicht. Dit heeft zowel een preventieve als ook een genezende werking op de gezondheid.

Hart Qi Gong is een Qi Gong stijl die specifiek invloed heeft op hart en bloedvaten, maar ook op psychische spanning (hartzeer). Hart Qi Gong oefeningen zijn rustig uitgevoerde bewegingen die een aantal keren herhaald worden. Er zijn ook oefeningen die statisch zijn, waarbij een zittende of staande houding langere tijd wordt aangehouden. De oefeningen geven o.a een diepe lichamelijke en geestelijke ontspanning, hebben een positieve invloed op de immuniteit en verstevigen spieren en pezen. De oefeningen zijn eenvoudig en onafhankelijk van leeftijd en lichamelijke conditie te leren. Ze zijn direct toepasbaar en makkelijk in het dagelijks leven te integreren. Hart Qi Gong is effectief bij hart- en vaatziekten, slaapstoornissen, stress, burn out, psychosomatische aandoeningen, rugklachten, maar ook voor diegenen die preventief aan hun gezondheid willen werken of willen mediteren.

Najaar 2011

Begeleiding: Arnoud Wolf
 Datum: zaterdag 8 oktober
 Tijd: 10.00-16.00 uur
 Kosten: € 40,00
 Aantal deelnemers: minimaal 6 – maximaal 12

Voorjaar 2012

Begeleiding: Arnoud Wolf
 Datum: zaterdag 14 januari
 Tijd: 10.00-16.00 uur
 Kosten: € 40,00
 Aantal deelnemers: minimaal 6 – maximaal 12

Arnoud Wolf is werkzaam als fysiotherapeut en acupuncturist en samen met zijn vrouw (kinder-fysiotherapeute, Craniosacrale Osteopathie en natuurgeneeskunde) heeft hij een eigen praktijk aan de Herungerweg 178 te Venlo. Hij is gecertificeerd Qi Gong leraar met de Hart Qi Gong in het bijzonder. Tevens is hij verbonden aan het Shenmen Instituut in Düsseldorf en Zurich, waar hij acupunctuur cursussen verzorgt.

Momenteel volgt hij een 2 jarige opleiding Guo Lin Qi Gong, deze Qi Gong is speciaal bedoeld voor chronisch zieken en mensen met kanker. In oktober sluit hij deze opleiding af. In de afgelopen 25 jaar heeft hij de nodige nascholing gedaan om zich in zijn vakgebieden verder te ontwikkelen.

www.praktijkwolf.nl

Reeds enkele jaren organiseert de stichting Prisma in Venlo de 'Nacht der Zielen', een eigentijds herdenkingsprogramma op 2 november rondom dierbare overledenen. De Nacht der Zielen wordt inmiddels ook in Roermond en Wittem georganiseerd.

De bijeenkomsten bieden naast gesproken woord en muziek ook stiltemomenten afgewisseld met poëzie en voordracht. De momenten sluiten aan bij de persoonlijke beleving en herinnering van mensen, proberen daarin vooral de relatie te zoeken met hetgeen ons in leven en sterven na aan het hart ligt.

www.nachtderzielen.nl

Najaar 2011

Organisatie: Stichting Prisma, kleurrijke invalshoeken van kunst en religie

Datum: Woensdag 2 november

Tijd: 19.30 - 21.00 uur

Plaats: Jongerenkerk, Minderbroedersstraat 1, Venlo

Entree: vrij

De stichting Prisma stelt zich ten doel om voor een brede doelgroep in de vorm van projecten de terreinen van kunst en religie op uiteenlopende wijze met elkaar in verbinding te brengen. Zo ontstaan nieuwe podia en krijgt het publiek toegang tot kunstuitingen waarin het religieuze element karakteristiek is en waardoor oude tradities in een nieuw licht komen te staan.

Heb je zin om te zingen? Kom dan mantra zingen!

Mantra's zijn veelal oeroude klanken en woorden die ons raken met hun diepe trillingen. Een mantra wordt vele malen herhaald. Hoe vaker ze worden herhaald, hoe krachtiger ze worden. Als je geconcentreerd mantra's uitspreekt, zingt of beluistert, wordt je hoofd lekker leeg. Je krijgt een ontspannen, relaxed gevoel over je.

Het gaat er niet om dat je mooi kunt zingen of dat je goed je best moet doen. Ervaring met zingen is niet nodig. Laat je meenemen door de muziek en de zang.

LAAT HET MANTRA ZINGEN DE TOEGANG TOT INNERLIJKE VREDE ZIJN

We zingen met behulp van c.d.'s mantra's uit vele culturen en religieuze stromingen

Najaar 2011

Begeleiding Els Metsemakers-Ebisch
Data: vrijdag 9 september, 21 oktober
Tijd 19.30 uur tot 22.00 uur
Kosten € 3,00 per avond
Aanmelding niet noodzakelijk

Voorjaar 2012

Begeleiding Els Metsemakers-Ebisch
Data vrijdag 13 januari, 10 februari,
 30 maart, 11 mei
Tijd 19.30 uur tot 22.00 uur
Kosten € 3,00 per avond
Aanmelding niet noodzakelijk

Afsluiting Najaar 2011

Datum: vrijdag 9 december
Tijd 19.00 uur tot 22.00 uur
Kosten € 12,00
Aanmelding Noodzakelijk

Afsluiting voorjaar 2012

Datum: vrijdag 15 juni
Tijd 19.00 uur tot 22.00 uur
Kosten € 12,00
Aanmelding Noodzakelijk

Op de afsluitings avonden zal er een gast worden uitgenodigd om de avond een extra tintje te geven.

Els Metsemakers-Ebisch werd jaren geleden tijdens een workshop geraakt door een mantra. Vanaf 2004 is ze gestart met het zingen van mantra's in kleine groepen. Haar passie voor mantra's wil ze graag met andere enthousiaste mensen delen.

De Maand van de Spiritualiteit (30 oktober t/m 27 november 2011 / zie: www.maandvandespiritualiteit.nl) wil een breed begrip van spiritualiteit hanteren. Hierbij beperkt ze zich niet tot enkel gevestigde vormen van spiritualiteit en zelfs niet tot alleen de religieuze invalshoek. De maand wil ruimte bieden aan zowel de spiritualiteit die verbonden is met de relatie God-Mens, als aan spiritualiteit die meer verbonden is aan Levenskunst.

FILM:

Herbert Strehlow, een man van middelbare leeftijd leeft teruggetrokken en kan de dood van zijn vrouw nauwelijks een plaats geven. Hij raakt bevangen door het beeld van de veel jongere Lea, vooral ook vanwege haar gelijkenis met z'n overleden vrouw. Het is aanvankelijk een zwijgzame verhouding omdat Lea geen woord meer heeft gesproken sinds het moment dat haar vader haar moeder heeft gedood. Ze trouwen, maar hun relatie lijkt gedoemd, totdat langzamerhand ieder slaagt door te dringen in de mysterieuze wereld van de ander. Beide beginnen te beseffen dat zij gebonden zijn door een soort gemeenschappelijke geschiedenis van dood gevolgd door lijden. En vervolgens de zoektocht en wilskracht om daaruit weg te trekken. Zijn harde opstelling en haar haat breken in elkaar weg en maken gaandeweg plaats voor een liefdesrelatie waarin de kwetsbaarheid en gevoeligheid van de ander thuis vinden.

(Ivan Fila / Tsjechië, 1996)

Datum: Vrijdag 28 oktober
Aanvang: 20.00 uur
Plaats: Jongerenkerk, Minderbroedersstraat 1, Venlo
Entree: vrijwillige bijdrage

Na afloop is er de mogelijkheid om de film na te bespreken

SOEFISME EN MYSTIEKE RITMES SPELEN OP DE DAF

Soefisme

Soefisme is een mystieke stroming, ouder dan o.a. Islam en het Christendom. Het is een leerweg, een ontwikkelingsweg, een reis die begint aan de oppervlakte van ons bestaan naar de diepte, binnen in onszelf. Waar in het Westen het denken een steeds centralere plaats heeft ingenomen staat op het mystieke pad het hart centraal. Het wordt gezien als de zetel van de ziel, de deur naar 'de andere wereld'. Het hart heeft haar eigen zintuigen, haar eigen wijsheid. Belangrijk is om deze "hart capaciteiten" te ontwikkelen. Alle profeten, alle heiligen en met name ook Jezus worden gezien als leraren die deze weg zelf afgelegd hebben. Soefisme begint met een verlangen om te weten: wie ben ik en waarom ben ik hier? Het is een reis naar de Essentie van het ons bestaan. De kerngedachte van deze eeuwenoude mystieke stroming is die van de Eenheid: in essentie is ieder mens onderdeel van één Geheel.

Muziek en Soefisme

Muziek en spiritualiteit, religie of mystiek zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Elke spirituele stroming, elke religie kent haar eigen muziek. Muziek, verbindt ons met elkaar en met de diepere lagen binnen in onszelf. Muziek gaat voorbij het denken en raakt direct het hart, brengt ons in vervoering en ontroert. Via muziek geven we expressie aan onze diepste gevoelens. Ook in het Soefisme speelt muziek een belangrijke rol, zo niet de belangrijkste. Muziek en met name specifieke ritmes worden gezien als voedsel voor het hart en de ziel. De ritmes maken onze geest rustig, er komt ruimte in ons hoofd, in ons hart. Het is een eenvoudige en zeer effectieve manier om in een diepe meditatieve atmosfeer te komen. Deze specifieke Soefi richting, ook wel het Pad van de Substantiële Evolutie genoemd, maakt gebruik van een methode van ritmes die al eeuwenoud is. In de cursusavonden vertel ik aan de hand van verhalen en gedichten iets over het Soefisme in het algemeen en meer specifiek over de rol van de muziek. Het zelf doen, zelf ervaren staat echter centraal. We zullen leren de daf -een Perzische framedrum- te bespelen en de eerste basisritmes te spelen en zingen. Er zullen voldoende dafs aanwezig zijn. Een muzikale achtergrond is niet nodig.

Najaar 2011

Begeleiding: Anne-Marie van den Bercken
Data: donderdag 10-17 november,
1-8-15 december
Tijd: 19.30-21.00 uur
Kosten: € 42,50
Aantal deelnemers: minimaal 6 – maximaal 12

Voorjaar 2012

Begeleiding: Anne-Marie van den Bercken
Data: donderdag 19-26 januari,
2-9-16 februari
Tijd: 19.30-21.00 uur
Kosten: € 42,50
Aantal deelnemers: minimaal 6 – maximaal 12

Anne-Marie van den Bercken is musicus/fluitiste. Zij geeft onder andere les aan het Centrum voor de Kunsten in Eindhoven. Daarnaast volgt zij het Soefi pad en ontvangt zij sinds 2002 onderricht bij Dr Azmayesh, een Soefi-leraar die al meer dan 34 jaar in Frankrijk woont. Van hem heeft zij de autorisatie ontvangen om de wijsheden omtrent het Soefi pad in het algemeen en specifiek de leer van de ritmes te onderwijzen aan degenen die geïnteresseerd zijn. Inmiddels heeft zij vele workshops, cursussen en concerten gegeven in binnen en buitenland.

HEILIGE HUISJES WANDELING

Het bijzondere van wandelen is minstens dat je je lopend in een (andere) omgeving bevindt. Op het ritme van lopen komt de omgeving bij je binnen en laat indrukken en sporen in je na. Deze Heilige Huisjes wandelingen zijn ook zulke tochten. We worden uitgenodigd om stil te staan bij bijzondere plekken die een sfeer uitademen van tijdloosheid. We staan stil bij een kerk, een kruisbeeld langs de weg, een mozaïek op de muur, een moskee of een kapel waar de Zusters van Altijddurende Aanbidding elk uur van de dag opnieuw hun hart richten op het Onnoembare. Het zijn zichtbare tekenen die mensen ten diepste raken. Deze plekken nodigen uit tot bezinning, stilstaan bij onszelf om misschien te ontdekken wat ons ten diepste draagt. Het wandelen geeft al een tempo aan, het haalt de haast uit je hoofd en je kunt je laten verwonderen door de dingen die je op je weg in de natuur tegenkomt. Je kunt je laten beroeren door de ruimte die kan ontstaan wanneer we het stil maken in onszelf. Wellicht ervaren we in deze stilte, rust of juist het tegenovergestelde, onze onrust. Door ons tempo te verlagen en ruimte te maken kunnen we in contact komen met datgene wat in ons leeft.

In dit seizoen worden er wederom twee wandelingen georganiseerd. De eerste wandeling vindt plaats in het kader van de Vredesweek 2011 met als thema "Elk mens een veilig bestaan".

De tweede wandeling vindt plaats in de Vastentijd 2012

Op deze tochten zullen we diverse "heilige huisjes", in de brede zins des woords, aandoen. Op diverse plekken zullen er bezinningsmomenten zijn, en misschien ontdek je wel wat voor jou 'heilig' is. De wandelingen zullen ongeveer 3½ uur duren. Trek gemakkelijke schoenen aan en wandel met ons mee!

De bestemming en vertrekpunten worden tijdig bekend gemaakt.

Najaar 2011

Begeleiding: stafleden Groenewold/Jongerenkerk/St. Prisma
Datum: zaterdag 17 september
Tijd: 13.00-17.00 uur
Kosten: vrijwillige bijdrage

Voorjaar 2012

Begeleiding: stafleden Groenewold/Jongerenkerk/St. Prisma
Datum: zaterdag 17 maart
Tijd: 13.00-17.00 uur
Kosten: vrijwillige bijdrage
Aanmelden: niet verplicht

DUURZAAMHEID OF CRADLE TOT CRADLE

EEN HYPE OF NIET?

Langzaam ontstaat het besef, dat we met onze huidige manier van leven, werken, consumeren en produceren niet verder kunnen gaan. Onze natuurlijke grondstoffen raken op, ons klimaat verandert en de aarde wordt steeds vuiler. Dit is niet de aarde die we aan onze kinderen en kleinkinderen willen achterlaten. Het kan ook anders. Niet in de verre toekomst, maar nu. Steeds meer mensen beseffen dit gelukkig en de regio Venlo loopt daarin voorop. Het is voor burgers echter eenvoudig om ook een bijdrage te leveren.

Tijdens deze tweedelige workshop leert u meer over duurzaamheid, Cradle to Cradle®, Recycling en Diversiteit. Ook krijgt u praktische tips hoe u zelf op eenvoudige wijze een concrete bijdrage kunt leveren in uw privéleven en op het werk.

Interactieve workshop (2 uur)

Deel 1: Kennismaken met een duurzamer leven & de Cradle to Cradle® filosofie. Hoe herkent u de zin van de onzin?
Deel 2: Hoe brengt u duurzaamheid in de praktijk zonder dat het u veel geld kost.

Najaar 2011

Begeleiding: Henriëtte Stroucken
Datum: zaterdag 15 oktober
Tijd: 10.00-12.00 uur
Kosten: € 12,00
Aantal deelnemers: minimaal 6 – maximaal 12

Voorjaar 2012

Begeleiding: Henriëtte Stroucken
Datum: zaterdag 21 januari
Tijd: 10.00-12.00 uur
Kosten: € 12,00
Aantal deelnemers: minimaal 6 – maximaal 12

Henriëtte Stroucken werd geraakt door de documentaire 'afval is voedsel' die jaren geleden werd uitgezonden en zij houdt zich bezig met het inspireren van mensen (lees bedrijven) om op een andere manier naar onze wereld te kijken en te handelen op een manier die niet schadelijk is voor toekomstige generaties. Bedrijven maken gebruik van haar netwerk en haar expertise om concreet te zijn in hun duurzaamheidsbeleid.

www.evenbestaatniet.nl
www.venstersopduurzaamheid.nl

2012: DE MAYA'S EN HUN SPIRITUALITEIT

Voorjaar 2012

Datum: Maandag 23 januari
Film "The Year Zero" – Wiek Lenssen
Tijd: 20.00 uur
Plaats: St. Michaëlkerk ('t Ven), Past.Kierkelsplein 18, Venlo
Entree: Vrijwillige bijdrage

Datum: Maandag 27 februari
Lezing: Mario Coolen
Tijd: 20.00 uur
Plaats: Jongerenkerk, Minderbroedersstraat 1, Venlo
Entree: Vrijwillige bijdrage

Datum: Maandag 26 maart
Lezing: Mario Coolen
Tijd: 20.00 uur
Plaats: Klooster SVD, Michaëlstraat 7, Steyl
Entree: Vrijwillige bijdrage

Wiek Lenssen is als veelzijdig fotograaf, cameraman, regisseur en auteur iemand, die een idee weet om te zetten in een creatie, een daad van schepping. Daarbij probeert hij steeds om zijn scheppingen een geheel eigen leven te laten leiden in de wereld. Op zijn website (www.wieklenssenfilm.nl) vindt u een beschrijving van projecten, die door hem met bezieling werden uitgevoerd, en uitkristalliseerden tot langdurige documentaire filmprojecten, fototentoonstellingen of boekwerken. De meeste projecten bereikten een breed publiek, ver over de eigen nationale grenzen, en werden met prijzen onderscheiden.

Mario Coolen (1944) studeerde theologie in Nijmegen. De beroemde theoloog Edward Schillebeeckx wees hem erop hoe in de levenservaring van mensen de sporen van God te ontdekken zijn. Na zijn studie vertrok Coolen naar Guatemala om een bijdrage te leveren aan bewustwording en bevrijding van de onderdrukte Maya-bevolking. Vanaf midden jaren negentig is Coolen verbonden aan de interkerkelijke ontwikkelingsorganisatie Solidaridad.

De natuur is ons zijn.

De natuur laat ons zien wie wij zijn.

Elk seizoen heeft de natuur ons iets te vertellen.

Dit is waar natuurlijk creatief voor staat.

Het is de bedoeling om d.m.v. creatieve opdrachten, bijvoorbeeld bloemschikken, tekenen/schilderen/meditatie/contact oefeningen een verbinding maken met jezelf, met de natuur of met de ander.

Hoe gaan we te werk:

De maand maart als voorbeeld:

De lente heeft zijn intrede gedaan.

We kunnen de lente voelen, ruiken, zien.....

Het geeft ons een gevoel van naar buiten treden, lekker de deuren en de ramen open zetten.

Een frisse wind door je huis en door je hoofd.

De maand maart nodigt ons ook uit onze innerlijke deur open te zetten, je grenzen te verleggen, te bepalen.

Laten we eens naar binnen gaan en kijken.

Waar liggen jouw grenzen?

Weet jij je grenzen, stel je grenzen aan jezelf en aan een ander?

Hoe ga je hier mee om?

Kijk eens naar je grenzen, en schrijf je bevindingen eens op.

In groepsverband zullen we dit thema bespreekbaar maken, ieder zijn eigen grenzen aangevend! Voor de creatieve opdracht gaan we dan bijvoorbeeld op zoek naar een kei/steen. We gaan deze steen/kei eigen maken. Dit kan door de kei te beschilderen/te beplakken, te beschrijven etc. De kei is te gebruiken als deurstopper "deurbegrenzer", zodat de deur die jij openzet niet kan dicht waaien /of verder open waaien. Jij bepaalt jouw grens!!!

Najaar 2011/Voorjaar 2012

Begeleiding:	Wendy Zeuren
Data:	dinsdag 11 oktober, 10 januari, 20 maart, 19 juni
Tijd:	19.30-21.30 uur
Kosten:	€ 60,00
Aantal deelnemers:	minimaal 6 – maximaal 12

Wendy Zeuren (37 jaar). Natuur en creativiteit lopen hand in hand door haar leven. Hierin mogen delen met de medemens vindt zij een groot geschenk. Haar scholing als bloemist en etaleur getuigt hier ook van. Dit jaar studeert zij af op de kunstacademie te Maasmechelen

2012: DE MAYA'S EN HUN SPIRITUALITEIT

2012: De bijzondere spiritualiteit van het jaar nul

De oeroude kalender van de Maya-indianen uit Centraal-Amerika voorspelt wereldwijde veranderingen rond het jaar 2012; in het klimaat, in de natuur, maar vooral in het bewustzijn van de mensheid. Volgens veel Indiaanse mythen en profetieën staan we aan de vooravond van enorme gebeurtenissen, die, na een ongekend turbulente tijd, een gouden tijdperk van vrede en harmonie inluiden.

2012 in beeld: The Year Zero

Over de aanloop naar en de achtergronden van deze veranderingen maakte de uit Noord-Limburg afkomstige regisseur Wiek Lenssen de bijzondere film 'The Year Zero' (2001), een documentaire welke hoge ogen gooide op (inter-) nationale filmfestivals.

In de film worden twee sjamanen in hun eigen land opgezocht en geportretteerd: ziener en kenner van de Maya- profetieën Zwervende Wolf, en genezer-regenmaker Don Julian, twee Maya's uit Guatemala. Via hun beider levens leren we de achtergrond van de voorspellingen kennen, en wat deze te betekenen hebben voor de wereld van nu, tot aan het jaar 2012.

Twee lezingen: 2012 en verder

De betekenis van het magische jaar 2012 wordt steevast in verband gebracht met de kalender van de Maya's waarin sprake zou zijn van het einde der tijden. Het is wonderlijk dat in Guatemala, het land waar de meeste Maya's wonen, de aandacht voor 2012 eerder beperkt is. Dat komt waarschijnlijk omdat de meeste Maya's niet bezig zijn met profetieën over wat er in de toekomst zal gebeuren, maar met de vraag hoe hier en nu het hoofd te bieden aan armoede en discriminatie.

Als we anno 2012 kijken naar de agenda van veel Mayagemeenschappen dan vallen de volgende onderwerpen op: versterking van de eigen identiteit door bezinning op het heilige boek Popol Wuj, gemeenschappelijk verzet tegen grootschalige (mijnbouw-)projecten die de leefwereld beschadigen, strijd om grond ter bevordering van voedselzekerheid en initiatieven van fair trade om een leefbaar bestaan op te bouwen. Ook binnen de kerken laten de Maya's hun stem horen: in een gezamenlijk brief richtten talrijke Mayaleiders zich onlangs tot de kerk om na 500 jaar kerstening eindelijk een Mayabisschop te benoemen.

Met hun concrete agendapunten proberen Maya's ook internationaal gehoor te vinden.

In het voorjaar 2010 is een enthousiast groepje mensen gestart met de Seizoenstafel. In ieder seizoen van het jaar (dus 4 keer) zetten zij een maaltijd op tafel met seizoensgebonden producten.

De Seizoenstafel wordt gehouden in het Jongerenhonk van Homeplus (naast 't Groenewold). Daar zijn alle faciliteiten aanwezig. Het Eetpunt is bedoeld voor mensen van alle leeftijden die het gezellig vinden om anderen te ontmoeten en die dit graag koppelen aan een lekkere maaltijd. Ontmoeting staat centraal en het is aangenaam om dit rond een goede maaltijd te organiseren. De gasten kunnen aanschuiven aan een gedekte tafel en zich laten verrassen wie hun andere disgenoten en wie hun gastvrouw/gastheer zijn. Na het eten wordt er gezamenlijk afgewassen en opgeruimd.

De data voor het seizoen 2011/2012 zijn:

Vrijdag 23 september (herfst)

Vrijdag 20 januari (winter)

De data voor de lente en zomer 2012 worden nog nader bekend gemaakt.

Voor meer informatie om u als kok te melden of om een plaats te reserveren, kunt u terecht bij het secretariaat van 't Groenewold tel. 077-3546689

GRENSBEWONERS: ISLAM HIER EN NU

Het Europa van nu heeft wortels in verscheidene (religieuze) tradities. Niet alleen zijn daardoor de culturele contouren van ons continent langzaam uitgekristalliseerd, ook hebben de Europese staten daarbinnen een eigen identiteit verworven. Als een ervan kenmerkte Nederland zich tot voor kort als een gastvrije, dynamische en kleurrijke natie. De laatste decennia zijn echter vragen gegroeid rond die identiteit en haar verhouding tot opkomende (religieuze) stromingen, vooral in relatie tot de islam. Terwijl Nederlandse islamieten in toenemende mate integreren, zijn er ook tegengestelde krachten in de samenleving werkzaam. Dit leidt soms enerzijds tot heftige beweging en agitatie, anderzijds tot het besef dat samenleven niet enkel en alleen volgens een blauwdruk kan. Veelkleurigheid vraagt om andere zienswijzen. Het roept de vraag op of en hoe mensen vanuit hun onderscheiden achtergrond bereid zijn elkaar een hand te reiken ook als het spannend is. Dialoog is dan noodzakelijk en onontkoombaar. Want onze opdracht is niet minder dan het creëren van een nieuw gezamenlijk perspectief.

Kwesties als hoofddoek, inburgeringplicht en migratiestop, om er enkele te noemen, prikkelen tot felle reacties. Hoe gaan wij, gewone Venlonaren daarmee om? Het programma wordt i.s.m. het Valuas College in Venlo georganiseerd. Zij hebben professor Maurits Berger bereid gevonden dit onderwerp op geheel eigen wijze te behandelen. Door praktisch in te gaan op de mogelijkheden en onmogelijkheden van onze veelkleurigheid. In het besef dat die vragen zich voordoen in het leven van alle dag. Geadresseerd aan u en mij. Zijn bijdrage wil ook uitdrukkelijk tot gesprek met de aanwezigen uitnodigen.

Najaar 2011

Datum:	wordt nog nader bekend gemaakt
tijd: :	20.00-22.00 uur
Plaats:	Valuacollege, Hogeweg 24, Venlo
Kosten:	vrijwillige bijdrage

Prof. mr.dr. Maurits Berger is verbonden aan de Universiteit Leiden. Hij heeft als leeropdracht de Islam in het hedendaagse Westen. Hij heeft een reeks publicaties op zijn naam welke deze ontwikkeling praktisch en kernachtig in beeld brengt. Bekende titels zijn ondermeer 'Islam is een sinaasappel' (1996), 'Islam onder mijn huid' (2002) en 'Sharia, Islam tussen recht en politiek'(2006).

INLEIDING ZEN-MEDITATIE

Zen is een vorm van beschouwing. Middels Zen leren we om, via lichamelijke en geestelijke rust, te komen tot wezenlijke inzichten omtrent onszelf en de ons omringende wereld. Het aanbod bestaat uit een korte inleidende cursus.

In deze inleidende cursus zal de nadruk vooral liggen op het praktisch oefenen van Zen. Daarnaast worden ook de achtergronden van Zen toegelicht. De opbouw van de avonden is als volgt: een inleiding over een aspect van Zen, vragen en gesprek, waarna afsluitend meditatie in stilte.

Najaar 2011

Begeleiding: Jacques Peeters
Data: woensdag 9-16-23-30 november
Tijd: 19.30-21.15 uur
Kosten: € 20,00
Aantal deelnemers: minimaal 4 - maximaal 12

Voorjaar 2012

Begeleiding: Jacques Peeters
Data: woensdag 29 februari, 7-14-21 maart
Tijd: 19.30-21.15 uur
Kosten: € 20,00
Aantal deelnemers: minimaal 4 - maximaal 12

Voor mensen die bekend zijn met zen-meditatie is er iedere maandagavond in de oneven weken de mogelijkheid te mediteren in groepsverband. U kunt vrijblijvend binnenlopen en deelnemen. Voor deelname wordt een kleine bijdrage gevraagd in de onkosten.

Jacques Peeters is al meer dan 35 jaar actief met Zen-Meditatie bezig. Hij is opgeleid door diverse bekende leermeesters. Zijn kennis van en ervaring met Zen wil hij graag met anderen delen.

JOODS LEERHUIS: LEREN MET HOOFD EN HART

RONDOM HET BOEK SPREUKEN (MISJLEE)

Najaar 2011

Begeleiding:	Jochanan Chaïm Belinfante
Data:	dinsdag 11-25 oktober, 8 november
Tijd:	14.00-16.00 uur
Kosten:	€ 35,00
Aantal deelnemers:	minimaal 6 – maximaal 12

Jochanan Chaïm Belinfante was 14 jaar lang voorzanger (Chazzan) en leraar voor de Tilburgse Liberaal Joodse Gemeente en een aantal jaren voorzitter van het Joodse Leerhuis te Meerssen. Vanaf 1999 geeft hij door heel Nederland cursussen over diverse Joodse onderwerpen voor verschillende cursuscentra, waaronder het Joods Educatief Centrum 'Crescas'.

NEURO LINGUIÏSTISCH PROGRAMMEREN

De interactie tussen ons brein (neuro) en de taal (linguïstisch) beïnvloedt ons lichaam, onze emoties en ons gedrag. In de praktijk betekent dit, dat we onze waarneming aanpassen zoals het ons uitkomt. We zien wat we willen zien en horen wat we willen horen.

Je bent gelukkig als je denkt dat je het bent!

Deze kennismaking met NLP is bedoeld om te ontdekken wat je m.b.v. NLP-technieken kunt bereiken. Je gaat inzichten krijgen in je eigen waarneming m.b.v. je zintuigen, je denkprocessen en je gedrag. Je kunt deze nieuwe inzichten meteen gaan gebruiken in je privéleven en werk.

De NLP-technieken richten zich op:

- verandering van ongewenst gedrag
- waarneming van gedrag
- communicatie met jezelf en met anderen.

Tijdens de bijeenkomsten zullen de volgende onderwerpen aan bod komen:

- geschiedenis van NLP
- vooronderstellingen
- rapport
- representatiesystemen
- oogbewegingen
- SMART model
- werkmodel
- ankers
- submodaliteiten
- neurologische niveau's.

Najaar 2011

Begeleiding: Gonnie Meulenkamp
Datum: zaterdag 3 december
Tijd: 10.00-16.00 uur
Kosten: € 40,00
Aantal deelnemers: minimaal 6 – maximaal 12

Voorjaar 2012

Begeleiding: Gonnie Meulenkamp
Datum: zaterdag 11 februari
Tijd: 10.00-16.00 uur
Kosten: € 40,00
Aantal deelnemers: minimaal 6 – maximaal 12

Gonnie Meulenkamp (1960) heeft de opleiding tot NLP Master Practitioner gevolgd bij een internationaal erkende opleiding die voldoet aan de voorwaarden van ABNLP, HNLP en ISNS. Zij is lid van de Nederlandse Vereniging voor NLP en heeft sinds januari 2009 haar eigen coachingspraktijk www.gocoaching.nl Haar eigen ontwikkelingsproces m.b.v. NLP heeft haar zoveel inzichten gegeven dat zij die graag wil delen met anderen.

JOODS LEERHUIS: LEREN MET HOOFD EN HART

RANDOM HET BOEK SPREUKEN (MISJLEE)

In najaar 2010 ging er in 't Groenewold een groep van start rondom het Bijbelboek Job op een manier zoals joden gewoon zijn in een leerproces te doen: voor leren heb je minstens twee personen nodig. Niet alleen omdat voor ieder geldt dat je uit dezelfde tekst verschillende dingen leest, maar ook in relatie tot je eigen leven onderscheiden vragen stelt. Deze leerhuis-methode is dus niet alleen van het thema afhankelijk, maar tevens van hen die op dat moment (willen) leren. De huidige groep (7 pers.) wil verder met dit leerhuismodel en stelt haar (school-) deur open voor hen die mee willen doen. Een speciale voorkennis is dus niet nodig. In het najaar wil de groep aan de slag met het boek Spreuken.

Ieder kent wel de spreuk: 'Een sterke vrouw, wie zal haar vinden?' welke regelrecht uit het boek Spreuken (hfst 31) afkomstig is. Spreuken behoort tot de zgn. joodse 'wijsheidsliteratuur' en is een verzameling kernachtige spreuken of spreekwoorden die worden aangeduid met de Hebreeuwse naam Misjlee. De kern van Spreuken richt zich op het zoeken naar de kwaliteit van het leven, de symbolische positie van vrouwen met hun invloed op de samenleving, het verwerven van inzicht, het geweld binnen een samenleving en het streven naar rechtvaardigheid. Spreuken is een tekstverzameling uit verschillende stromingen die laat zien dat wijsheid te maken heeft met een breed praktisch inzicht. Door de geest te oefenen in het praktisch hanteren van ethische principes.

Werkwijze

De werkwijze is dat één of twee cursisten een van te voren overeengekomen deel van de tekst lezen, onderzoeken, analyseren, eventueel in relatie brengen met andere teksten naar eigen keuze. De andere cursisten lezen ook de overeengekomen tekst en bereiden vragen voor aan de presenterende cursisten. De bedoeling is dat wij allemaal, zowel de cursisten als de docent deze tekst echt leren kennen of een nieuwe relatie met de tekst opbouwen.

Het totaal aantal lessen zijn 10 bijeenkomsten. We stellen voor om met drie middagen te beginnen. Wil de groep daarna verder, dan kan dat in onderlinge afspraak met elkaar.

De drie middagen richten zich op de volgende vragen, aangevuld met uw eigen vragen: Wanneer en vooral waarom werd dit boek geschreven? Heeft het boek Spreuken nog betekenis vandaag en zo ja welke?

WERKEN MET DROMEN

Tijdens deze dag gaan we kennis maken met dromen, hoe dromen ons iets kunnen leren en hoe ze richting kunnen geven aan ons leven. Er zijn veel droomboeken, maar dromen zijn, vanuit het onbewuste, een persoonlijke boodschap. Deze boodschap is niet altijd even duidelijk en daarom wordt deze dag gewerkt met een aantal technieken. Ook wil ik iets vertellen over:

- Hoe zit het met de psyche?
- Wat is de betekenis van droomsymbolen?
- Wat is de functie van een droom?
- Wat wil de droom zeggen?
- Waarom herhalingsdromen?

Hierna gaan we aan de slag met dromen. Dit kan op verschillende manieren zoals; vertellen, associëren, droomspel, in gesprek met droomelementen enz.

Najaar 2011

Begeleiding: Thijs Huijs
Datum: zaterdag 5 november
Tijd: 10.00-16.00 uur
Kosten: € 40,00
Aantal deelnemers: minimaal 6 - maximaal 12

Voorjaar 2012

Begeleiding: Thijs Huijs
Datum: zaterdag 10 maart
Tijd: 10.00-16.00 uur
Kosten: € 40,00
Aantal deelnemers: minimaal 6 - maximaal 12

Thijs Huijs (57) runt een eigen coaching/therapeut bureau. Hij is afgestudeerd als Jungiaans Analytisch Therapeut. Zijn afstudeeropdracht gaat over dromen en hun betekenis voor de persoonlijke ontwikkeling. Sinds 11 jaar houdt hij zijn dromen bij en onderzoekt hij de betekenis hiervan. Hierbij maakt hij gebruik van verschillende technieken, geleerd van verschillende coaches en therapeuten. Het is verrassend om te ontdekken hoe de droom een inspiratiebron is en een trouwe gids kan zijn om de kwaliteit van het dagelijkse leven te verbeteren. Zijn ervaring met droomwerk wil hij graag delen met mensen die nieuwsgierig zijn naar de betekenis van hun dromen.

Zie ook zijn website: <http://www.huijs-consult.nl/>

Na een kort overzicht van de ontwikkeling van de kabbala door de eeuwen heen volgt een uitleg van wat klassieke kabbala inhoudt. Het gaat om de mystieke traditie die ten grondslag ligt aan Jodendom en Christendom. Met behulp van de figuur van de levensboom wordt kennis overgedragen. De woorden levensboom of Jakobsladder zijn ontleend aan Genesis, net als de meeste termen die in de kabbala gebruikt worden. De levensboom bestaat uit tien sferen of kwaliteiten, die werken als archetypen of verzamelingen van betekenis.

Op deze dag zal er op verschillende manieren gewerkt worden om kennis te maken met de levensboom of die kennis te verdiepen: op het niveau van het lichaam, de psyche, de geest en het Goddelijke. Dit zijn tegelijkertijd de 'werelden' of lagen van bewustzijn, die onderscheiden worden. Naast een inleiding wordt er onderling uitgewisseld, er wordt gebruik gemaakt van stilte en meditatie om de stof te verdiepen. Theorie en praktijk worden afgewisseld.

Najaar 2011

Begeleiding: Magda van der Ende
 Datum: zaterdag 10 december
 Tijd: 10.00-16.00 uur
 Kosten: € 40,00
 Aantal deelnemers: minimaal 6 - maximaal 12

Voorjaar 2012

Begeleiding: Magda van der Ende
 Datum: zaterdag 31 maart
 Tijd: 10.00-16.00 uur
 Kosten: € 40,00
 Aantal deelnemers: minimaal 6 - maximaal 12

Magda van der Ende werd geboren in Grevenbicht (1947), ze studeerde theologie in Utrecht en promoveerde in Roemenië. Ze verdiept zich sinds begin jaren tachtig in de klassieke Kabbala, geeft lezingen en cursussen, en begeleidt mensen individueel in hun geestelijke ontwikkeling. Ze werkt in en vanuit "De Expeditie" in Amersfoort. Ze is een leerling van Z'ev ben Shimon Halevi en ze vertaalde een van zijn boeken in het Nederlands : Kabbala en Exodus.

www.antenna.nl/expeditie