

Over mij

Na mijn afstuderen aan de TU Delft werkte ik ruim tien jaar in het technisch-wetenschappelijke werkveld. In 1998 nam mijn leven een wending. Ik vestigde ik me als zelfstandig ondernemer en richtte me op de ontwikkeling van mens en organisatie. Als (interim-)directeur, organisatieadviseur en fusiebegeleider werkte ik onder meer op tal van vrijescholen. Ik doe al ruim dertig jaar geesteswetenschappelijk onderzoek en richt me vooral op het verbinden van polariteiten, het vormen van goed functionerende, vitaliserende kringen en op sociale kunst. *ir Annemarie Sijens (1956)*

Praktische informatie

Data: 7 zondagmiddagen van 14.00 – 17.00 uur: 8 september, 13 oktober, 10 november, 8 december 2024 en 12 januari, 9 februari en 9 maart 2025.
Locatie: Ontmoetingscentrum Enkidoe, Oudewand 13 in Zutphen
Kosten: € 95,- inclusief koffie, thee, tekenmateriaal en een samenvatting van de inleidingen. De cursus telt minimaal 7, maximaal 12 deelnemers.
Info en aanmelden: Annemarie Sijens, peripatos@kpnmail.nl, 06 – 29557142

Feedback

De voorloper van deze cursus gaf ik onder de naam “Werken met de grondsteen” in Zutphen, Breda en Bergen. Gaandeweg metamorfoseerden vorm en inhoud tot de huidige cursus. Hieronder een greep uit de feedback van eerdere deelnemers.

“Hartelijk dank voor alles wat ik heb gehoord en wat jij op zo’n fijne en prettige manier hebt gebracht. En voor de duidelijk opgezette cursus”, Joke

“Het was een heerlijke cursus, ik kijk uit naar het vervolg”, Sarie

“Dank voor de fijne, verrijkende cursus, de goede verzorging en de prettige sfeer.”, Carin

“De grondsteenspreuk stond altijd wat ver van mij af. Door deze manier van kijken naar en omgaan met deze tekst is de grondsteenspreuk een levendige en werkbare scholingsweg geworden voor mij.” Marian

“Heel erg fijn al die samenvattingen, hartelijk dank.” Miel

“Het was een fijne cursus waarvoor je je enorm hebt ingezet”, Wil

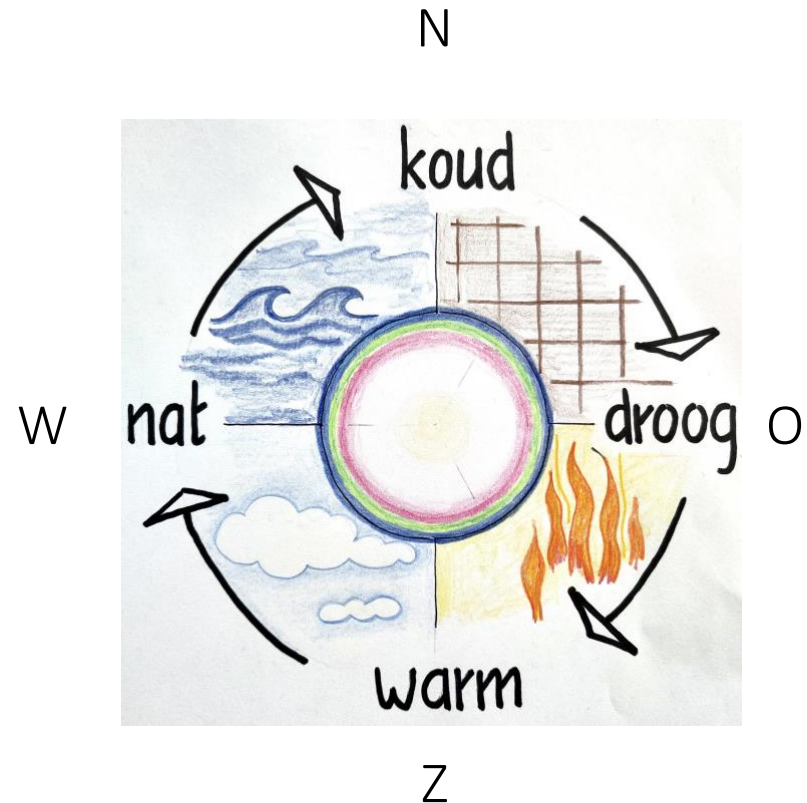
“Deze cursus heeft mij handen en voeten gegeven aan de spreuk.

Met prachtige, veelzeggende beelden werd de grondsteen transparant en kreeg het reliëf”, Thea.

“Eindelijk wordt de grondsteen concreet en praktisch”, Leo

Meer informatie over mij en mijn cursussen op www.peripatos.nl | vj 24

Cursus Bouwen aan onze toekomst op de grondsteenspreuk



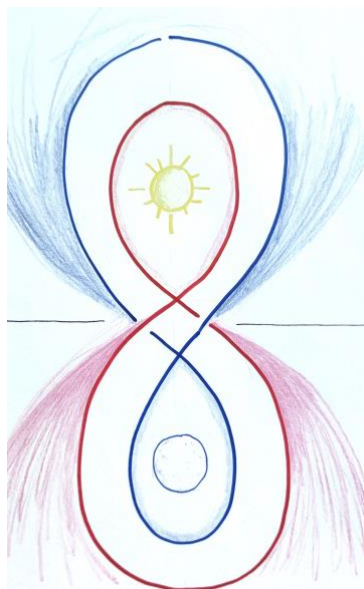
*Laat het oosten aanvuuren
wat zich in het westen vormt*

Over de cursus

In de bouw had de grondsteen eeuwenlang een praktische functie. Ze werd doelbewust als eerste steen geplaatst, zodat de bouwlieden de afmetingen van het toekomstige gebouw zelfstandig aan haar konden afmeten. De grondsteenspreuk die Rudolf Steiner ons gaf, plaatsen we in ons hart. Opdat we haar liefhebben en al oefenend steeds beter in het dagelijkse leven gaan hanteren. Tijdens de cursus vertalen we de drie oefeningen uit de spreuk naar praktisch dagelijks handelen.

Al oefenend blijkt dat de spreuk een scholingsweg vormt, waarlangs we ons geleidelijk steeds beter van onze drie geestelijke wezensdelen en hun kwaliteiten bewust worden. Werk je zo met de grondsteenspreuk, dan bouw je aan de toekomst. Van jezelf, van onze directe omgeving en van de Aarde als geheel. Dan gaat het oosten aanvuren, wat zich in het westen vormt.

Idealiter breng je zo een kringloop op gang, een ademhaling waarbij je je waarnemen en denken schoolt. Dit leidt eerst tot imaginaties, dan tot inspiraties en uiteindelijk tot intuïtief, helend handelen. In de onderstaande figuur is die weg in beeld gebracht. In de cursus bespreken we hoe we deze dubbele lemniscaat kunnen opbouwen en al doende een nieuwe relatie leggen met Zon, Maan en sterren.



Roze binnen: inspiraties
Blauw buiten: helend handelen

Roze buiten: waarnemen buitenwereld
Blauw binnen: imaginaties

We vormen een kring

Alles begint met het unieke, op zichzelf staande individu. Daarom is het belangrijk dat ieder zich aan de hand van de oefenstof individueel op het thema voorbereidt. Dit vraagt vijf tot tien minuten per dag. Dankzij geest-herinneren ga je steeds krachtiger voor jouw inbreng staan. Maar hoe vormen we uit het losse zand van een dozijn deelnemers een kring?

Eén van de essentiële ingrediënten is het gevoel van vertrouwen dat ontstaat als anderen jouw inbreng accepteren en waarderen. Ook als die haaks staat op wat zij net hebben gezegd. Oefen je geest-bezinnen, dan vergroot je je verdraagzaamheid en draag je bij aan een veilig leer- en werkklimaat. Deelnemers aan zo'n kring spreken dan ook steevast van een fijne, constructieve sfeer. Gaan deelnemers elkaar dragen, dan ontstaat er een zekere lichtheid, die vitaliserend werkt.

Aan de gezamenlijk opgebouwde beelden kan tot slot ook iets oplichten. Een deelnemer verwoordde dit als volgt: "... Bliksemflitsen lichten op, inzichten komen en gaan in korte, helle momenten ...". Geest-schouwen ontsluit nieuwe mogelijkheden. Dankzij het geschouwde geestlicht kun je als soeverein mens uit inzicht handelen en helend in je omgeving werken.

Opzet en inhoud

Het programma van een bijeenkomst omvat steeds een gezamenlijk opgebouwde terugblik, twee interactieve inleidingen op het thema, de bespreking van de oefenstof en een kunstzinnige verwerking. We werken aan de hand van de grondsteenspreuk, eigen levenservaring, kunst en een paar hoofdstukken uit de evangeliën van Mattheus en Lucas.

Thema's in de opeenvolgende dagdelen

1. Ruimte en tijd in grondsteenspreuk en sacrale bouw
2. Geest-herinneren
3. Geest-bezinnen
4. Geest-schouwen
5. Een wending in de tijd
6. Herders en koningen
7. Twee wegen met elkaar verbinden

De uiteindelijke vormgeving van het programma ontstaat organisch, in het samenspel met de deelnemers.