

# De Lichtkring Voorjaar 2018

## **Aardse meditatie, thema: Stilte, thema: Vogels en thema: Muziek**

Een avond rust, diepgang, poëzie, muziek en symboliek: geloven met hoofd én hart. Bij aardse meditaties gaan we uit van de dagelijkse dingen. Deze aardse thema's hebben een diepere symboliek, die we op deze avonden aanboren. We zitten in een kring rondom een kaars en gericht op iets moois om naar te kijken: een kunstwerk of een reproductie daarvan, een schikking van voorwerpen/bloemen passend bij het thema. Vaste onderdelen van de avond het lezen van teksten, het luisteren naar (veelal klassieke) muziek en het aansteken van waxine-lichtjes. De avonden staan los van elkaar: je kunt aan beide avonden meedoen, maar ook aan een enkele avond.

leiding: Monica Schwarz  
data: **do 18 januari 20 - 22 uur**      **thema: stilte**  
**do 1 maart 20 - 22 uur**      **thema: vogels**  
**do 19 april 20 - 22 uur**      **thema: muziek**  
kosten: 5 euro per avond  
opgave: noodzakelijk i.v.m. de beperkte ruimte

## **Bleekkuier Winter, Voorjaar en Midzomer**

Vanuit De Lichtkring is er elk seizoen een meditatieve wandeling. Dit is een wandeling met een bezinnend karakter van ongeveer 5 kilometer achter huize Bellinckhof en door het Beeklustpark. De wandeling is opgedeeld in de drieslag: stilte – bezinning – verbinding. We beginnen de ochtend met een stilteviering en besluiten het met een gezamenlijke lunch met soep en meegebracht brood. Wandelschoenen meenemen.

De wandelingen staan los van elkaar: wie wil kan beide keren meedoen, maar ook een enkele wandeling kiezen. De zomer-wandeling houden we op de langste avond van het jaar: midzomer. We besluiten deze avondwandeling met een midzomernacht samenzijn met iets te eten en te drinken. Brood meenemen is dan niet nodig.

leiding: Monica Schwarz  
data: **zaterdag 27 januari**      **Winter wandeling 10 - 13.30 uur**  
**zaterdag 24 maart**      **Voorjaars wandeling 10 - 13.30 uur**  
**donderdag 21 juni**      **Midzomer wandeling 20 - 23.30 uur**  
kosten: 5 euro per wandeling, inclusief soep (zelf brood meenemen)  
opgave: noodzakelijk i.v.m. de beperkte ruimte

## **Een principiële kwestie! Gespreksmiddag/avond.**

De één is vegetariër, een ander kiest principieel voor het openbaar vervoer, of voor bio of fair-trade; de één koopt principieel niets op zondag, de ander is bloeddonor, of vóór het homohuwelijk of gebruikt principieel geen alcohol/drugs... Iedereen heeft principes, vast weer andere dan je ouders/grootouders en je kinderen/kleinkinderen. Welke principes heb jij? Daar praten we over.

gespreksleider: Siebe Hiemstra  
data: **do 1 februari 20 - 22 uur**  
kosten: € 5  
opgave: noodzakelijk i.v.m. de beperkte ruimte

**De Lichtkring, Beethovenlaan 10 7604 GE Almelo**  
**opgave: veelstemmiglicht@gmail.com of tel: 0546.840484**  
**meer informatie: [www.veelstemmiglicht.nl](http://www.veelstemmiglicht.nl)**

### **Meditatief mandala tekenen**

Mandala betekent 'cirkel' en staat symbool voor heelheid en eenheid, begrenzing en geborgenheid. In veel godsdiensten is de mandala een middel tot meditatie en concentratie.

Meditatief mandala tekenen is een vorm van meditatie waarbij we tekenen binnen een cirkel. Eerst lezen we een tekst en luisteren we naar muziek, dan tekent ieder op eigen wijze de eigen associaties in vorm en kleur in een cirkel. De avonden staan los van elkaar: je kunt aan beide avonden meedoen, maar ook aan een enkele avond.

leiding: Monica Schwarz  
data: **do 15 februari 20 - 22 uur**  
**do 17 mei 20 - 22 uur**  
kosten: 5 euro per avond, inclusief alle materiaal  
opgave: noodzakelijk i.v.m. de beperkte ruimte

### **Paaskaars maken**

Een kaars aansteken is vaak méér dan het lijkt: het is een teken van hoop en verlangen, van verbondenheid en meeleven. In deze workshop versieren we een stompkaars (25 cm hoog, 8 cm dik) met gekleurde was en maken zo onze eigen paaskaars met symbolen die verwijzen naar ons eigen persoonlijke geloof. Voor alle materialen wordt gezorgd. We beginnen met een stilteviering en besluiten met een gezamenlijke maaltijd met soep en meegebracht brood.

leiding: Monica Schwarz  
datum: **zaterdag 24 februari 10 - 13.30 uur**  
kosten: 15 euro, inclusief alle materiaal en soep (zelf brood meenemen)  
opgave: noodzakelijk i.v.m. de beperkte ruimte

### **Cursus geloofskleed maken**

Geloven met je handen; iets maken wat iets van je geloven, van je hoop en vertrouwen uitbeeldt ... met lapjes stof, een naaimachine, creativiteit en een beetje durf kan iedereen het. Juist ook het elkaar bezig zien, is inspirerend. De eerste avond is inleidend en informatief, op de tweede avond gaan we knippen en ontwerpen. De deelnemers gaan thuis met het kleed aan het werk. Op de derde avond bekijken we elkaars resultaat en schrijven we een tekst om ons werk te presenteren. De drie avonden horen bij elkaar en het is de bedoeling dat je alle drie de keren mee doet.

leiding: Monica Schwarz  
data: **do 15 maart, do 5 april en do 7 juni 20 - 22 uur**  
kosten: 5 euro per avond  
opgave: noodzakelijk i.v.m. de beperkte ruimte