

SPOORZOEKEN OP VRIJDAG

Meditatieve wandelingen

In principe wandelen we iedere vrijdag. De eerste twee vrijdagen van de maand lopen we naar de Sint Willibrordsabdij en wonen daar het middaggebed bij (12.15-12.30 uur). De andere vrijdagen wandelen we in het bos rond de Slangenburgse kerk.



Van 10.15 tot 10.45 uur drinken we koffie en dan gaan we naar de kerkzaal voor een meditatief moment, waarin een gedicht, een gedachte of een tekst wordt aangereikt. Daarna lopen we eerst een kwartier in stilte en vervolgens gaan we met elkaar in gesprek. Het is de bedoeling dat je zelf je lunch meeneemt. Bijdrage € 4 (5 wandelingen voor € 15).

Data kloosterwandelingen:

3 en 10 jan., 7 en 14 febr., 6 en 13 mrt., 3 en 10 apr., 1 en 8 mei, 5 en 12 juni, 3 en 10 juli

Data natuurwandelingen: 17, 24 en 31 jan., 21 en 28 febr., 20 en 27 mrt., 17 en 24 apr., 15, 22 en 29 mei, 19 en 26 juni

Zomerstop: half juli tot half augustus

SPOORZOEKEN OP ZATERDAG

Eén keer in de maand organiseren we een activiteit op de zaterdag:

18 januari: Winterwandeling met snert

(10.15 - 13.30 uur)

We wandelen door het winter-bos en onderweg luisteren we naar gedichten die passen in de winter. Ter afsluiting is er soep en brood (€ 10).

25 januari: Taizéviering (aanvang 19.30 uur)

22 februari: Labyrint en levensweg

(14.00 - 16.00 uur)

O.l.v. Helma van Loon en Wilma Koolstra gaan we labyrinten tekenen en erin schrijven. Gaandeweg valt er van alles te ontdekken... (€ 10).

28 maart: Kruisweg schilderen

(10.15 - 16.00 uur)

We lezen en overdenken het lijdensverhaal van Jezus (uit Matteüs). Daarna gaan we het verhaal schilderen (€ 25).

18 april: Mediteren met klankschalen

(14.00 - 16.00 uur)

Ervaar de rust van een heerlijk klankbad o.l.v. Ans Gerritsen (www.startopnieuw.nl) (€ 15).

16 mei: Intuïtief mandala's tekenen

(14.00 - 16.30 uur)

O.l.v. Wilma Koolstra tekenen we op een verrassende manier mandala's (€ 15).

13 juni: Taizéviering (aanvang: 19.30 uur)

27 juni: Meditatief dansen

(14.00 - 16.00 uur)

Dansen op muziek, o.l.v. Dorothé Vriezen, helpt je om rust, verstillend en verbinding te vinden (€ 15).

SPOORZOEKEN OP MAANDAG

Mediteren met de bijbel (14.00-16.00 uur)

- Eerst drinken we thee of koffie.
- Dan zittend in een kring, rond de kaars in de kerkzaal, worden we stil en open.
- Een bijbelgedeelte klinkt (soms doen we eerst een geleide meditatie).
- Vervolgens zoekt ieder voor zich een plek in de kerk om de woorden op zich te laten inwerken. Je kunt schrijven en/of tekenen, en vooral ook in stilte luisteren.
- Na een half uur komen we weer in de kring. Wie wil, kan vertellen wat hij/zij heeft ervaren.

Iedereen die deze inspirerende vorm van bijbellesen mee wil maken is van harte welkom. Bijdrage € 4 (5 x voor € 15).

Data: 13 en 27 jan., 10 en 24 febr., 9 en 23 mrt., 20 apr., 11 en 25 mei

