



Globaal jaarprogramma 'Westerse Meditatie'

20 september 2024	11 oktober 2024
<p>Ochtendprogramma (10.00 - 13.00 uur)</p> <p>Aankomen, opmaat en kennismaken Journaling; waar gaat het je om, verkennen van je eigen scholingsweg tot nu toe</p>	<p>Ochtendprogramma (10.00 - 13.00 uur)</p> <p>Aankomen, opmaat en spreuk Meditatief onderzoek oefenen aan een schilderij Intervisie uitwisselen over de oefening Schrijfoefening Bewustzijn versterken van wie je bent en wat je te doen hebt</p>
<p>Middagprogramma (14.00 - 17.15 uur)</p> <p>Overzicht van meditatiewegen en stilstaan bij de vraag 'waarom jezelf scholen?' Bewegings oefening Overzicht van het jaartraject- traject Westerse meditatie Kennismaking met Meditatief onderzoek</p>	<p>Middagprogramma (14.00 - 17.15 uur)</p> <p>Bewegingsoefeningen Terugblik op de maandoefening 'Verwonderen' Groepsgesprek over scholingservaringen Oefening: Terughouden van je oordelen en voorstellingen door aandacht en eerbied. Terugblik op het oefenen Korte kunstzinnige oefening Thuiswerk: oefening van de maand</p>
<p>Avondprogramma (18.00 - 19.30 uur)</p> <p>Lezing en gesprek over actualiteit - spiritualiteit – samen- scholing Terugblik en vooruitblik</p>	<p>Avondprogramma (18.00 - 19.30 uur)</p> <p>Vanuit ieders ervaringen met het oefenen wordt aandacht gegeven aan antroposofische menskunde. Ook bespreken we de vragen die opkomen m.b.t. de scholingsweg en je ervaringen in de wereld Terugblik op de dag</p>



8 november 2024	13 of 14 december 2024
<p>Ochtendprogramma (10.00 - 13.00 uur)</p> <p>Aankomen, opmaat en spreuk Meditatief onderzoek oefenen aan kunst Intervisie uitwisselen over de oefening Waarnemingsoefening Bewustzijn versterken van wie je bent en wat je te doen hebt</p> <p>Middagprogramma (14.00 - 17.15 uur)</p> <p>Bewegingsoefening Terugblik op de maandoefening Terughouden van je oordelen. Oefening: Innerlijke rust en en het onderscheiden van het wezenlijke en het onwezenlijke Terugblik op het oefenen Korte kunstzinnige oefening Thuiswerk: oefening van de maand</p> <p>Avondprogramma (18.00 - 19.30 uur)</p> <p>Vanuit ieders ervaringen met het oefenen wordt aandacht gegeven aan antroposofische menskunde. Ook bespreken we de vragen die opkomen m.b.t. de scholingsweg en je ervaringen in de wereld Terugblik op de dag</p>	<p>Ochtendprogramma (10.00 - 13.00 uur)</p> <p>Aankomen, opmaat en spreuk Gezamenlijk Meditatief onderzoek op een eigen levenservaring Uitwisselen over de oefening Intervisie een eigen werker-ervaring onderzoeken Waarnemingsoefening Bewustzijn versterken van wie je bent en wat je te doen hebt</p> <p>Middagprogramma (14.00 - 17.15 uur)</p> <p>Bewegingsoefeningen Terugblik op de maandoefening 'Innerlijke rust' Oefening: Zintuigmeditatie, kleur-oefening Terugblik op het oefenen Korte kunstzinnige oefening Thuiswerk: oefening van de maand</p> <p>Avondprogramma (18.00 - 19.30 uur)</p> <p>Vanuit ieders ervaringen met het oefenen wordt aandacht gegeven aan antroposofische menskunde. Ook bestreken we de vragen die opkomen m.b.t. de scholingsweg en je ervaringen in de wereld Terugblik op de dag</p>



17 januari 2025	14 februari 2025
<p>Ochtendprogramma (10.00 - 13.00 uur)</p> <p>Aankomen, opmaat en spreuk Gezamenlijk meditatief onderzoek op een levenservaring Uitwisselen over de oefening Intervisie een eigen werkerervaring onderzoeken Schrijfoefening Bewustzijn versterken van de wijsheid van je lichaam</p>	<p>Ochtendprogramma (10.00 - 13.00 uur)</p> <p>Aankomen, opmaat en spreuk Gezamenlijk meditatief onderzoek op een werkervaring Uitwisselen over de oefening Intervisie je eigen oefenweg onderzoeken Schrijfoefening Bewustzijn versterken van de wijsheid van je lichaam</p>
<p>Middagprogramma (14.00 - 17.15 uur)</p> <p>Bewegingsoefeningen Terugblik op de maandoefening 'Zintuigmeditatie, kleur-oefening Oefening: Zintuigmeditatie, warmte-oefening Terugblik op het oefenen Korte kunstzinnige oefening Thuiswerk: oefening van de maand</p>	<p>Middagprogramma (14.00 - 17.15 uur)</p> <p>Bewegingsoefeningen Terugblik op de maandoefening Beeldmeditatie, meditatieve ontmoetingen Oefening: Denken vanuit het geheel Terugblik op het oefenen Korte kunstzinnige oefening Thuiswerk: oefening van de maand</p>
<p>Avondprogramma (18.00 - 19.30 uur)</p> <p>Vanuit ieders ervaringen met het oefenen wordt aandacht gegeven aan antroposofische menskunde. Ook bespreken we de vragen die opkomen m.b.t. de scholingsweg en je ervaringen in de wereld Terugblik op de dag</p>	<p>Avondprogramma (18.00 - 19.30 uur)</p> <p>Vanuit ieders ervaringen met het oefenen wordt aandacht gegeven aan antroposofische menskunde. Ook bestreken we de vragen die opkomen m.b.t. de scholingsweg en je ervaringen in de wereld Terugblik op de dag</p>



14 of 15 maart 2024	11 april 2025
<p>Ochtendprogramma (10.00 - 13.00 uur)</p> <p>Aankomen, opmaat en spreuk Gezamenlijk meditatief onderzoek op een eigen levenservaring Uitwisselen over de oefening Intervisie een eigen werker- varing onderzoeken Waarnemingsoefening Bewustzijn versterken van wie je bent en wat je te doen hebt</p>	<p>Ochtendprogramma (10.00 - 13.00 uur)</p> <p>Aankomen, opmaat en spreuk Gezamenlijk meditatief onderzoek op een levenservaring Uitwisselen over de oefening Intervisie een eigen werker- varing onderzoeken Schrijfsoefening Bewustzijn versterken van de wijsheid van je lichaam</p>
<p>Middagprogramma (14.00 - 17.15 uur)</p> <p>Bewegingsoefeningen Terugblik op de maandoefening 'Beeldmeditatie, meditatieve ontmoetingen' Oefening: Denken vanuit het geheel Terugblik op het oefenen Korte kunstzinnige oefening Thuiswerk: oefening van de maand</p>	<p>Middagprogramma (14.00 - 17.15 uur)</p> <p>Bewegingsoefeningen Terugblik op de maandoefening 'Denken vanuit het geheel' Oefening: Contemplatief onderzoeken van je oefenweg Terugblik op het oefenen Korte kunstzinnige oefening Thuiswerk: oefening van de maand</p>
<p>Avondprogramma (18.00 - 19.30 uur)</p> <p>Vanuit ieders ervaringen met het oefenen wordt aandacht gegeven aan antroposofische menskunde. Ook bestreken we de vragen die opkomen m.b.t. de scholingsweg en je ervaringen in de wereld Terugblik op de dag</p>	<p>Avondprogramma (18.00 - 19.30 uur)</p> <p>Vanuit ieders ervaringen met het oefenen wordt aandacht gegeven aan antroposofische menskunde. Ook bespreken we de vragen die opkomen m.b.t. de scholingsweg en je ervaringen in de wereld Terugblik op de dag</p>





Begeleiders

Pim Blomaard, Pim Caljouw, Clarine Campagne, Marieke Krans, Bart Vanmechelen en Jaap van de Weg zijn de begeleiders.

Pim Blomaard studeerde filosofie en werkte o.m als bestuurder in een en als ethicus op de universiteit. Hij werkt aan waarden en teamspirit.

Pim Caljouw heeft een achtergrond in het internationale bedrijfsleven en heeft zich ingezet om managementteams te ondersteunen in het onderzoeken en verder ontwikkelen van hun eigen denken en handelen.

Clarine Campagne studeerde bedrijfskunde en coacht op een bewegelijke manier mensen en organisaties in samenwerkings- en vernieuwingsprocessen.

Marieke Krans werkt in haar praktijk als arts integrale geneeskunde / antroposofische geneeskunde en begeleidt mensen met systeemopstellingenwerk.

Bart Vanmechelen studeerde psychologie in België en organisatieontwikkeling in Engeland. Hij werkte voor de Antroposophic Council for Inclusive Social Development en is directeur van een heilpedagogisch dagverblijf in België. Hij geeft les in antroposofie, meditatie en innerlijke scholing.

Jaap van de Weg is arts, werkte als huisarts en als consultatief arts, en is vooral onderzoekend naar hoe onze mensenwereld in de praktijk wordt meegestuurd door wezens uit de geestelijke wereld.

Overige gegevens

Locatie: Boslaan 15, Zeist

Data: vrijdag 20 en zaterdag 21 sept, verder alles op vrijdagen: 11 okt, 8 nov, 13 dec 2024, 17 jan, 14 feb, 14 mrt, 11 apr, 16 mei, 20 juni, Tijd: 10.00- 19.30 uur

Kosten: voor privé naar draagkracht: €1800 - € 2800 (richtprijs € 2500) inclusief btw, voor beroepsmatige deelname: €3500,- inclusief btw
Kosten zijn inclusief koffie-thee, lunch en maaltijden.

Anmelding en informatie: www.atelierantroposofie.nl, zie Westerse Meditatie. Voor vragen: contact@atelierantroposofie.nl