

# Dans- en meditatiedag: "Ik zal een boom zijn"



*ik zal een boom zijn  
en ik zal de vogel zijn  
die in me nestelt  
ik zal de grond zijn  
waar de boom in wortelt  
waar de vogel woont  
ik zal de wind zijn  
en grond en boom en vogel  
eindeloos strelen  
en onder de boom zal ik  
de mens zijn  
die dit dromend zal bestaan*

J.C. van Schagen

**Zaterdag 28 september 10.00 - 16.00 uur**

In het ritme van de seizoenen worden we ons bewust van de stroom en de volheid van de natuur en van het leven. Op deze dans- en meditatie dag ervaren we de volheid om ons heen en in onszelf. We gebruiken hiervoor het beeld van de boom. Een boom verbindt hemel en aarde, alles stroomt en beweegt in haar, draagt vrucht, geeft schaduw, zorgt voor hout, zuurstof en warmte. Hoeveel jaar moet een boom niet groeien voordat hij ons voorziet van hout? De boom staat voor eenheid en echt zijn. Wie houdt eigenlijk niet van bomen? Kunnen wij ademen en wortelen als een boom? En vrucht dragen? Voorbeelden van bekende bomen uit de spirituele tradities zijn de ceder van de Libanon, de levensboom (Bijbel, Kabbalah), de yggdrasil (uit de Noorse Edda), de Bodhiboom waaronder de Boeddha tot verlichting kwam. We zullen met aandacht in onszelf keren deze dag om te voelen welke betekenis de boom geeft in ons leven. We gebruiken, tekst, dans en meditatie en natuurlijk de bomen die volop op deze plek aanwezig zijn.

## **Begeleiding**

*Agnes Janmaat en Anneke Klunder. Zij zijn beiden trainers in psychosynthese en hebben jarenlange ervaring in dans en meditatie.*

**Aantal deelnemers:** maximaal 15 personen

**Datum/tijd:** zaterdag 28 september, 10.00-16.00u (zelf lunch meenemen)

**Plaats:** Hoor en Leerzaal, pastorie Franciscus Xaveriuskerk, 't Zand 31 Amersfoort

**Kosten:** € 15,00

**Informatie en aanmelding:** [\\_secretariaatscc@gmail.com](mailto:_secretariaatscc@gmail.com)

