



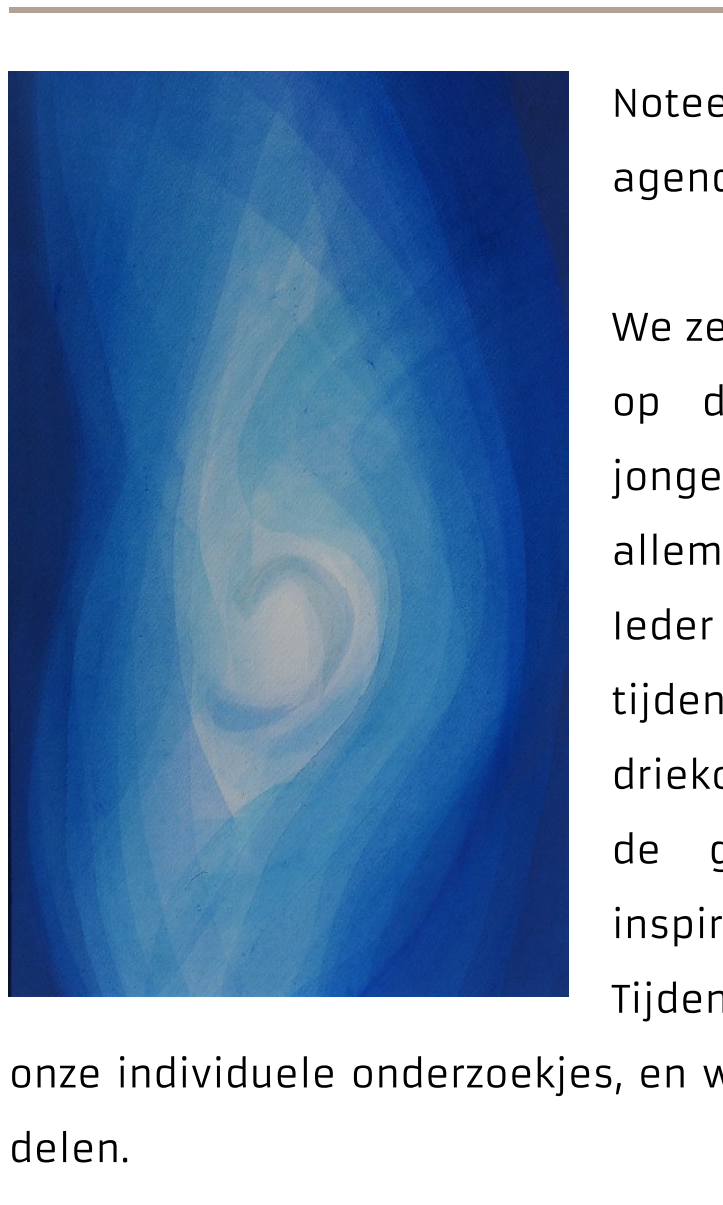
Impuls Antroposofie



Nieuwsbrief #6 - oktober 2022

Terugblik ImpulsAweekend Michael (te Widar)

Door Lien Brynaert



Terugblik jongerenweekend te Widar

Wat een fantastisch weekend hebben we achter de rug! Vrijdagavond aten we ter plekke met diegenen die al aanwezig waren. Nadien dronken we nog wat en testten we een coöperatief Cluedo spel. Daar waren we de rest van de avond zoet mee. Gezellig en leuk!

Zaterdag kwamen er meer mensen toe. Na het ontbijt volgde een kringgesprek rond voornemens/intenties. Fijn om deze met elkaar te delen en tips te mogen ontvangen. Heel waardevol was dat!

Nadien werden we rondgeleid op Widar. Een prachtige dorpsgemeenschap met al even prachtige mensen. We werden door iedereen hartelijk verwelkomd. Alles zit daar wondermooi in elkaar!

Het doel van Widar is personen met een beperking een zo normaal mogelijk leven laten leiden. Ze wonen er in familiaal verband bij een medewerkersgezin. Op Widar werken de bewoners ook. Door het werk dat ze er doen, zijn ze dienstbaar voor anderen. Iedereen is er zinvol bezig.

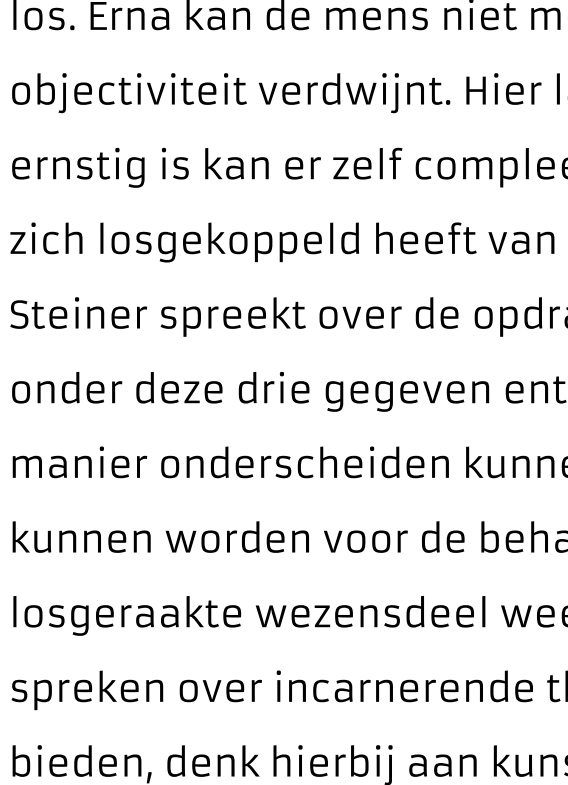
Widar is voor het grootste deel zelfvoorzienend. Zo bijzonder!

Te Wortel namen we eerst een kijkje in de gebouwen en bezochten enkele werkplaatsen. We zagen er knappe dingen zoals zelfgevochten manden en zelfgemaakte kommen. Er was ook lekkers te vinden. Zo proefden we bijvoorbeeld gedroogde appels. Na het middagmaal trokken we met een grote groep naar de plaatselijke Aveve waar de persmachine eens in de zoveel tijd te vinden is. De appels en bieten die op Widar werden geoogst, hadden ze daar al door de machine laten gaan. Daarvan kwam lekker sap. Samen laadden we veel kratten vol sap de auto in om ze er in Merksplas weer uit te laden. Daar trokken we ook naar de grote moestuin en oogstten we verschillende groenten voor ons avondmaal. Tomaten vonden we in de oude serre. Een bezoekje aan de bijenplaats mocht zeker niet ontbreken. We wandelden ook langs de weverij en de boerderij. Wat een mooi en groot domein!

Met onze groenten en wat sap keerden we terug naar Wortel. Weer in het café aangekomen, proefden we van de verschillende soorten sap. Erg lekker! Nadien werd er gevoetbald (aan de voetbaltafel ☺) en gekookt. We hadden geluk met het weer en konden 's avonds buiten eten. De voetballers deden nadien de afwas. Daarna kwamen we gezellig samen rond een vuur. Daarrond zongen we liedjes en praatten we over Michaël en zijn oproep in deze tijd waar hij als tijdsgesest fungeert. Verder ging het over hoe we de volgende jongerenweekends graag vorm willen geven. We hadden een sfeervolle avond.

De volgende morgen zongen we na het ontbijt weer. Rond 10 uur aten we lekkers van de bakkerij en kwam de vormgeving van het volgende jongerenweekend opnieuw aan bod. We spraken alvast een datum en een onderwerp af (zie verder in deze nieuwsbrief!). Ten slotte volgde nog een middagmaal, waarna we huiswaarts keerden.

Volgend ImpulsAweekend: de 12 heilige nachten



Noteer alvast het volgende ImpulsAweekend in je agenda: 6-8 januari 2023.

We zetten samen het nieuwe jaar in met de focus op de Heilige Nachten. Tijdens het vorige jongerenweekend ontstond de intentie om allemaal iets te doen tijdens de Heilige Nachten. Ieder individu kan een onderzoek(je) opnemen tijdens deze 12 bijzondere nachten tussen kerst en drieloningen (25 dec -5 jan), waarin de sluier naar de geestelijke wereld meer opengaat en inspiratie gemakkelijker tot ons kan neerdalen.

Tijdens het komende jongerenweekend zullen we onze individuele onderzoekjes, en wat we daaraan hebben beleefd, met elkaar delen.

Je hoeft je niet onzeker te voelen als je nog nooit iets met de Heilige Nachten hebt gedaan! En laat het woord 'onderzoekje' je ook zeker niet afschrikken! Het gaat erom dat we ons iets voornemen om tijdens de Heilige Nachten te doen en wakker te zijn voor wat de weerklink daarvan zou kunnen zijn in onze dromen of tijdens de dag.

Onderaan deze nieuwsbrief lees je nog eens het artikel dat we vorig jaar in de nieuwsbrief meegaven ivm de Heilige Nachten. Dit kan een leidraad zijn.

Het ImpulsAweekend zal doorgaan in Laarne, in Oost Vlaanderen nabij Gent. Het huis van de ouders van Melanie is beschikbaar en daar zullen wij gezellig en intentioneel samen zijn.

We zullen samen koken, wandelen, onze onderzoekjes delen e.d. Je onderzoekje deel je op een manier die jij aangenaam vindt!

Het weekend is er voor iedereen die intentionele ruimte wil maken voor de inhoud die ieder zal brengen.

We starten op vrijdag 6 januari vanaf 16u en eindigen op zondagmiddag 8 januari om 12u (je kan nog een boterham eten/smeren).

We streven naar een maximum kost van 40 euro per persoon.

Breng matje en warme slaapzak mee.

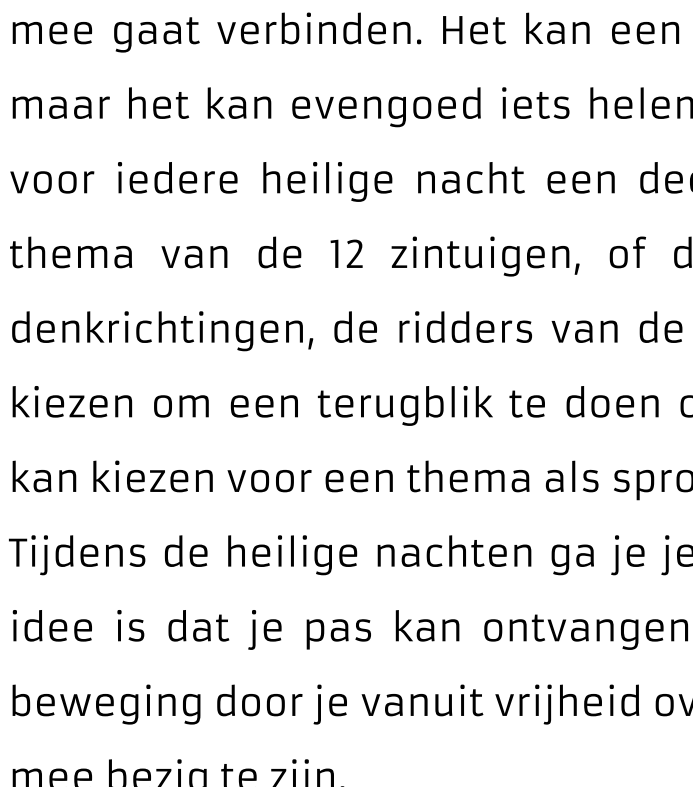
Schrijf je in door te mailen naar: impulsantroposofie@protonmail.com

Meer info volgt na inschrijving en dichter bij datum.

Lieve groeten,

Melanie en Pieter

Laatste editie Zomeruniversiteit Antroposofie

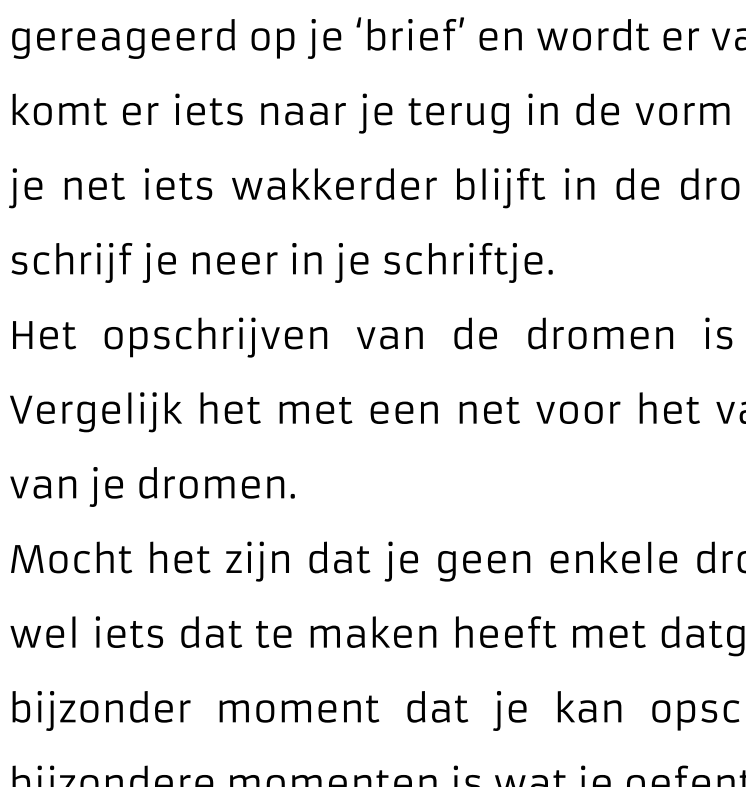


De laatste editie van de Zomeruniversiteit Antroposofie ligt achter ons. Deze zomer kwamen wij voor een laatste keer samen in het prachtige Frandex. Het was wederom een hele mooie en inspirerende week, met vruchtbare lezingen en werkgroepen, zonnige dagen, inspirerende avondactiviteiten en dergelijke meer. We hoorden over de mens als geestelijk wezen en verdiepten ons samen in de grondsteenspreuk. We konden genieten van de prachtige muziek die Gwendolyn en Max brachten, maakten ook kennis met nieuwe initiatieven tijdens de initiatiefavond en konden elkaar in onze brandende vragen een stapje verder helpen tijdens het Pro Action café. Tot slot was er ook de krachtige tussendag met de Kiemkracht viering ter afscheid van de ZUA. Christine Gruwez bracht enkele mooie beelden over Kiemkracht en Roxanne en Mattias brachten een ontroerende terugblik op 12 jaar ZUA!

We hebben in schoonheid afgesloten en laten dit project nu los met alle vertrouwen in de nieuwe kiemen!

Steiner over psychische ziekten tijdens WO1 (1917)

Door Pieter Govaerts



In de voordracht voor artsen die Steiner hield op 14 januari 1917 in Dornach, sprak Steiner over ontkeningsprocessen en psychische ziekten (opgenomen in het boek 'Gezondheid, ziekte, genezing'). De Eerste Wereldoorlog was toen volop aan het woeden in Europa. Het was Steiner onduidelijk waarom mensen dachten dat 'oorlog' een oplossing zou kunnen zijn voor de problemen die ze hadden.

Wat hij waarnam was dat veel mensen te maken hadden met een 'entfusselung'. Ofwel het losraken van een hoger wezensdeel van het fysieke lichaam. In de genoemde voordracht begint hij met een schets te maken waar de hogere wezensdelen hun 'huis' hebben in het fysieke lichaam. Het Ik vindt zijn aangrijpingspunt met het fysiek lichaam vooral in de zonnevlecht (Plexis Solaris). Het astraal lichaam vindt zijn thuis in het ruggenmergsysteem en tot slot vindt het etherlichaam zijn plaats in de hersenen (zie afbeelding).

Als een wezensdeel zich loskoppelt van zijn aangrijpingspunt in het fysieke lichaam, kunnen de tegenmachten hun invloed op de mens vergroten. Zo'n loskoppeling (entfusselung) kan gebeuren door een trauma, schok of ander ingrijpend gebeuren.

Zo beschrijft Steiner hoe Lucifer het losgekoppelde Ik kan infecteren. De persoon kan zich geniepig en vals gaan gedragen. Het doet er alles aan om zichzelf in het licht te zetten en vertoont hierdoor op alle vlakken een groot egoïsme. In erge gevallen kan het slachtoffer uit het lichaam gaan (onbewust of bewust), hier koppelt het Ik los. Erna kan de mens niet meer feitelijk kijken naar de gebeurtenis, de objectiviteit verdwijnt. Hier laat het astraal lichaam los. En als het trauma zeer ernstig is kan er zelf compleet geheugenverlies optreden, waar het etherlichaam zich losgekoppeld heeft van de hersenen.

Steiner spreekt over de opdracht om psychische ziektes te kunnen rangschikken onder deze drie gegeven entfusselungen. Pas als psychische ziektes op deze manier onderscheiden kunnen worden, zullen er goede handvatten gevonden kunnen worden voor de behandeling ervan. De behandeling zit hem erin om het losgeraakte wezensdeel weer vast te 'ketenen' aan het lichaamsdeel. We spreken over incarnerende therapieën. De antroposofie kan hier veel hulp bieden, denk hierbij aan kunstzinnige therapie, heileritmie, uitwendige therapie, (antroposofische) medicamenteuze therapie, muziektherapie, ...

Belangrijk om te weten is dat het loskoppelen bij ieder mens wel eens gebeurt. Bijvoorbeeld tijdens het mediteren kan het Ik zich loskoppelen van het fysieke lichaam. Of als je dagdroomt, dan is je etherlichaam even losgekoppeld van je hersenen. Ook dan kan je iets incarnerend gaan doen om weer 'aan te koppelen'. Een huishoudelijk taakje als afwassen na je meditatie bijvoorbeeld, om weer aan te hechten!

Startschot: alchemie van het alledaagse!

Na exact één jaar van voorbereiding was het zover!

Op zaterdag 24 september stonden we met een 40-tal mensen in de kring om het startschot te geven van de Alchemie van het alledaagse. Er zijn maar liefst 34 deelnemers voor het hele traject en 10 mensen die één of twee modules volgen. Concreet betekend dit dat er alleen nog enkele plaatsen over zijn voor module 3.

Melanie vertelde over liefde en vrijheid aan de hand van het Parcival verhaal. Haar zus, lantje, vertelde delen uit het Parcivalverhaal, waar de inhoud aan gekoppeld werd. In de namiddag werd er, aan de hand van verschillende procesvormen, geprobeerd om de inhoud te verteren en praktisch te maken voor het dagelijkse leven. Als passende oefening werd 'de terugblik' geïntroduceerd door Pieter. Deze oefening werd door Steiner op vele plekken gedeeld (boeken en voordrachten). Zo werd een aanzet gegeven voor de deelnemers om zelf de Parcivalweg te bewandelen.

Tot slot kregen alle deelnemer het boekje 'Antroposofie en het praktische leven' mee naar huis. Hier staan twee voordrachten in van Steiner die hij hield in 1921 (Den Haag). Hij spreekt hier over de rol van de antroposofie om het bewustzijn van de mens: als wezen met een lichaam, ziel en geest, te verdiepen. Steiner deelt mee dat dit verdiept bewustzijn ook in het praktische leven vruchtbaar moet worden. Hetgeen wij als jaartraject antroposofie en levenskunst proberen te verwerklijken.

Bericht van De Soofa: huis voor de antroposofie in Gent

De initiatiefnemers van De Soofa hebben onlangs een brief geschreven naar alle geïnteresseerden! Zie bijlage om op de hoogte te zijn van het reilen en zeilen van De Soofa! [De Soofa - MAIL nr 1](#)

De 12 Heilige Nachten

De 12 Heilige Nachten zijn de nachten tussen Kerst en Drie Koningen. Sinds eeuwen is men ervan bewust dat van deze 12 Heilige nachten een werking uitgaat die de mens dichter bij de geestelijke wereld brengt.

Enkele mensen binnen ImpulsA hebben de gewoonte om hier ieder jaar bewust bij stil te staan en mee aan de slag te gaan. Wij willen graag een methode delen die door Frans Lutters is uitgewerkt. Op deze manier kan eenieder die dit graag wil, zelf die verbinding leggen met de geestelijke wereld in deze bijzondere tijd. Dit werk brengt ons opnieuw in verbinding met het ware mensenwezen.

De weg door de heilige nachten

We kunnen ons de beweging door de 12 Heilige nachten voorstellen in een boog. Tussen Kerstmis en oud en nieuw hebben we meer nachten dan tussen nieuwjaar en Drieloningen. We krijgen eerst 7 nachten en daarna 5 nachten. De eerste dagen zijn de gezellige dagen. Er wordt een warme beweging gemaakt, een beweging van verinnerlijking. Dat is de weg van de herders, van de denkrichtingen, de ridders van de ronde tafel, de 12 apostelen enz. Je kan ook kiezen om een terugblik te doen op de voorbije 12 maanden van het jaar. Of je kan kiezen voor een thema als sprookjes, bomen, elementwezens, enz. Tijdens de heilige nachten ga je je dus met je gekozen thema uiteenzetten. Het idee is dat je pas kan ontvangen als je iets 'schenkt'. Je brengt je wil dus in beweging door je vanuit vrijheid over een thema te buigen en hier dagelijks even mee bezig te zijn.

Je neemt een leeg boekje met voldoende bladeren (kunnen ook tekenbladen zijn). Als voorbereiding ga je tussen nu en Kerstmis, in de advent, de bladzijden nummeren. Op die manier geef je al je wil aan om ruimte te maken voor de 12 Heilige dagen en nachten.

Je gaat ook voor op of kerstavonddag je voorbereidingen treffen. Dat wil zeggen dat je reeds al je (inhoudelijk) materiaal klaar moet hebben. Teksten, afbeeldingen,... die je wil gebruiken, liggen dus klaar voor je aan de eerste Heilige nacht begint. Als je naar de bib wil of wil googlen moet je dat dus ook voordien gedaan hebben.

En dan beginnen de 12 Heilige nachten. Iedere avond maak je wat tijd om met je thema bezig te zijn. Dit kan zijn een tekst lezen en al tekenend verwerken, een afbeelding bestuderen en deze in je boekje plakken, een terugblik al schrijvend of mediterend en dit verwerken op een kunstzinnig manier enz. Een keer dat je een thema hebt, laat je dat ook niet meer los, je houdt je eraan van de eerste tot de laatste Heilige nacht!

Waar het precies om gaat is het creëren van een luisterende stemming. En wat dan op het witte blad komt, is als een brief die je de nacht instuurt. Je laat vervolgens de 'brief' los. Eventueel doe je die avond nog andere dingen en uiteindelijk ga je slapen. Ondertussen wordt er in de geestelijke wereld blij gereageerd op je 'brief' en wordt er van daaruit iets teruggestuurd: in de ochtend komt er iets naar je terug in de vorm van een droom – en dan zou het zo zijn dat je net iets wakkerder blijft in de droom, zodat je hem kan pakken. Deze droom schrijf je neer in je schriftje.

Het opschrijven van de dromen is belangrijk omdat ze anders verdampen. Vergelijk het met een net voor het vangen van dromen en zelf ben je de visser van je dromen.

Mocht het zijn dat je geen enkele droom hebt, dan hoor of zie je tijdens de dag wel iets dat te maken heeft met datgene waarmee je bezig bent. Dat is dan een bijzonder moment dat je kan opschrijven. Het bewust ontvangen van deze bijzondere momenten is wat je oefent.

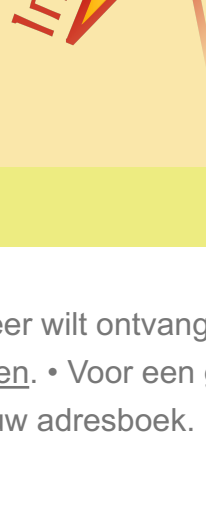
De eerste van de twaalf stappen zet je op de avond van 25 december, de eerste 'brief' werkt dus in de nacht van de 25ste op de 26ste. Vanuit de geestelijke wereld wordt daarnaar gekeken en gereageerd, wat maakt dat je in het jaar dat volgt sterker op je benen zal staan.

Wie wil, kan dit onderzoek(je) opnemen en delen op het volgende jongerenweekend van 6-8 januari 2023!

Contact

impulsantroposofie@protonmail.com

[Aanmelden op de nieuwsbrief](#)



Deze e-mail is verzonden aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@impulsantroposofie.org toe aan uw adresboek.

