

Cursus Sociale kunst

Handelen uit geestdrift & geestlicht



vier donderdagochtenden
in Zeist

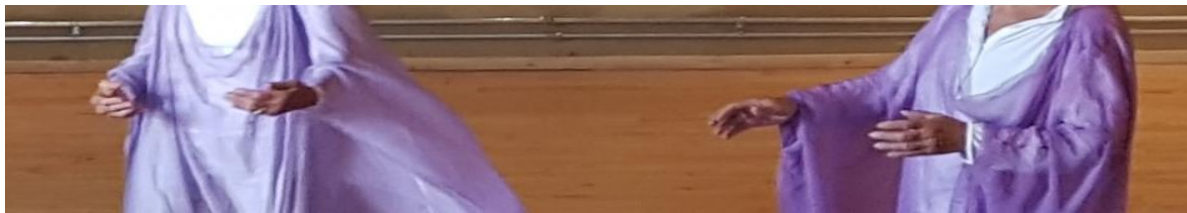
oefenen in gesprek, euritmie, lijn & kleur
met Chantal Heijdeman & Annemarie Sijens

Start 17 september 2026

Over de cursus

“Sociale structuren verouderen; uit de diepten van mensenzielen moeten de drijfveren voor vernieuwing stammen.” Met dit citaat wees Rudolf Steiner op een belangrijk menselijk vermogen: vernieuwingskracht. In deze cursus onderzoeken we met elkaar hoe we die kracht kunnen activeren en hoe we haar verbindend, constructief in onze omgeving kunnen inzetten.

De cursus heeft een praktisch karakter. We gaan ervan uit dat ieder thuis met aspecten van sociale kunst oefent en op de resultaten terugblijkt. De oefentijd hangt af van de invulling van ieders dag en levenssituatie. Die zal daarom variëren. De dagelijkse terugblik op de resultaten van het oefenen kost 5 tot 10 minuten per dag.



Doel en opzet

Op bescheiden schaal stapsgewijs cultuurvernieuwing realiseren. Dat is wat wij de deelnemers aan deze cursus toewensen. Met behulp van ieders individuele fantasie en techniek kunnen wij mensen met engelen en andere hiërarchische wezens samenwerken. We bouwen dan aan een cultuur van de geest. Werken als tiende hiërarchie. In de loop van de cursus onderzoeken we de vaardigheden die hiervoor nodig zijn, en proberen we die te versterken.

Deelthema's

Elke dag heeft een eigen thema. We behandelen achtereenvolgens de versterking van de eigen innerlijke kracht, de omgang met warmte, het imaginerend vermogen, de rol van het licht en tot slot sociale kunst als samenspel.

17 september	individuele kracht: eigen licht en warmte verbinden
15 oktober	gemeenschapsvorming, rol van warmte
12 november	handelen uit inzicht, rol van licht
10 december	sociale kunst als samenspel

Praktische informatie

Data: 17 september, 15 oktober, 12 november en 10 december, van 10.00 – 13.00.
Inloop vanaf 09.45.

Prijs: € 100,- incl. koffie en thee, syllabus, tekenmateriaal

Locatie: Rafaelkerk, Van Tetslaan 4 in Zeist

De cursus gaat door bij 10 deelnemers. Het maximum aantal is 15.

Ben je op deze cursusdata verhinderd? Of is Zeist te ver weg?

Kijk dan in de agenda van www.peripatos.nl voor cursussen in de reeks Sociale Kunst elders in land.

Programma

- 10.00 welkom, (korte terugblik), spreuk
- 10.10 Inleiding over deelthema, door Annemarie
- 10.30 uitwisseling aan hand van toegestuurde vragen en inleiding, onder leiding van Annemarie
- 11.00 eurythmische verkenning deelthema, door Chantal
- 11.30 pauze
- 11.45 vormtekenen of werken met kleur, door Annemarie
- 12.15 individuele bezinning
- 12.25 kringgesprek over oogst en vragen onder leiding van Annemarie
- 12.40 eurythmische afronding, door Chantal
- 12.50 toelichting op huiswerk volgende keer
- 13.00 sluiting

Over ons

Chantal Heijdeman (1967) heeft de afgelopen jaren op aanvraag gewerkt in en met verschillende groepen mensen bij themadagen, workshops en opleidingen. Zij laat zich inspireren door het menselijk potentieel en ieders individuele inbreng. De eurythmische beweging biedt de mogelijkheid in een universele bewegingstaal te komen. Deze bouwstenen liggen ten grondslag aan de creatie van een sociaal kunstwerk.



Annemarie Sijens (1956) is bouwkundig ingenieur. Ze werkte als leidinggevende bij de (semi)overheid en op vrijescholen. Steeds stond het ontwikkelen van mens en organisatie centraal, met als belangrijke vraag: kan dat anders dan top-down? Zij onderzocht verschillende aspecten van sociale kunst en verzorgt sinds 2018 workshops en cursussen over het bouwen aan een gezamenlijke toekomst. Zij nam in 2026 het initiatief tot het project Sociale Toekomst.



Inhoud digitale syllabus

Motto van de Sociale Ethiek, Grondsteenspreuk en ongedrukte passage, alle gesproken door Rudolf Steiner. Essay geestlicht en geestdrift, samenvatting van een tekst van Rudolf Steiner over dit thema, vijf oefeningen voor thuis en een samenvatting van haar inleidingen op de cursusdag, door Annemarie Sijens.

Project Sociale toekomst

Deze cursus is onderdeel van het project Sociale Toekomst dat ik in 2026 lanceerde. Samen met een lokale kunstenaar of kunstzinnig therapeut organiseer ik in zijn of haar vestigingsplaats een cursus Sociale kunst. Iedere cursus heeft daardoor een eigen, uniek karakter. Daarnaast publiceer ik artikelen rond dit thema. Het eerste artikel verschijnt op 28 juni 2026 in Spreek ook jij Magazine.

Annemarie Sijens



De opgave voor onze tijd: warmte en licht 'ademend' verbinden

Ben je kunstenaar of kunstzinnig therapeut en wil je samen met mij een cursus organiseren, neem dan contact met me op via peripatos@kpnmail.nl of bel me op 06-29 55 71 42.

Feedback

Annemarie gaf cursussen in Amersfoort, Bergen, Breda, Het Gooi, Schoorl en Zutphen. Hieronder een greep uit de feedback op de cursus *Bouwen aan onze toekomst op de grondsteenspreuk* die ze vorig jaar in Amersfoort afrondde.

Je hebt vele vensters voor mij geopend in verschillende soorten en maten en kleuren waardoor het licht binnen kan schijnen, Hilly

Een nieuw evenwicht en ook weer niet uit 't evenwicht. Het blijft werken, blijft boeien, dank je wel, Pieter Joost

Dank, veel dank voor zoveel uitleg, samenspraak en 'werk', Corneli

Hartelijk dank voor je enthousiasme en het delen van je kennis over dit onderwerp, Rob

Dank voor de veelheid aan informatie waar ik op zoek ga naar mijn plek met behulp van de grondsteen, Petra

Heel veel dank voor deze bijzondere en inspirerende cursus, Mirjam

Grazie voor de krachtige, inspirerende inzichten en beelden die je me hebt gegeven, Jolente

Meer informatie over Chantal Heijdeman vind je op www.uiteigenbeweging.org, meer over Annemarie Sijens op www.peripatos.nl

Zeist, 28 juni 2026, Annemarie Sijens