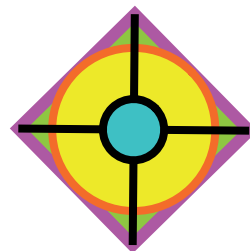


OPLEIDINGSINSTITUUT

Vrije Academie 't Pad

Voor Kunsteducatie, Kunstzinnig Hulpverleners en Holistische Beeldende Kunst



Nieuwsbrief 64 - december 2022

IN DEZE NIEUWSBRIEF:

Open Dag 11 december 2022

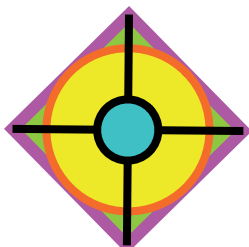
De zinvolle weg van het scheppende vermogen

Hier was iets gebeurd - Cursus Beeldtaal

Toonwaarden in levend zwart - Intuïtie, door Annemieke Varkevisser

Cursussen vanaf januari 2023

Veel tips voor exposities in het hele land - Boek: Kleur, Licht en Beweging



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com



geaccrediteerde
vakopleiding



Tekentaal 

Open Dag 11 december 2022

Op 11 december is het open dag op de Vrije Academie 't Pad

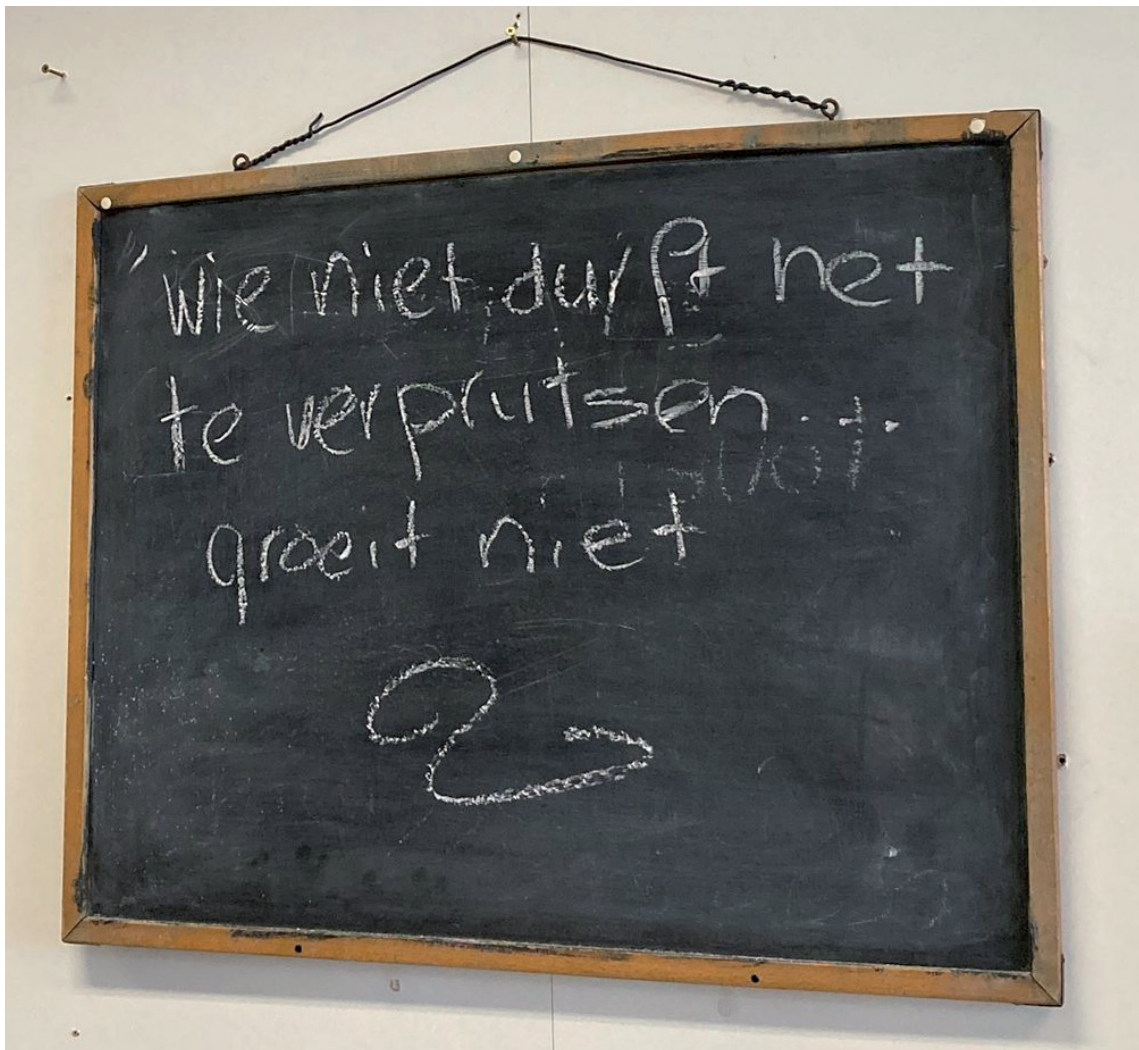
Meld je ook vrijblijvend aan om jezelf te overtuigen dat jouw talent bedoeld is om te groeien.

12.00 uur is de eerste ronde van de workshops. Kom voor 11.30 uur dan kun je rustig het een en ander bekijken, we hebben modules en scripties klaar liggen en natuurlijk is er koffie en thee met wat erbij.

Je kunt kiezen uit creatieve workshops, een inhoudelijke uitleg over de opleiding door Marjan Raven, of een persoonlijk gesprek over je persoonlijke mogelijkheden.

Lukt het je niet om naar onze Open Dag te komen maar heb je wel interesse? Vraag dan om een persoonlijk gesprek via het formulier dat je kunt vinden op de site bij inschrijving.

Meer informatie op de website.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademietpad.nl - vrijeacademietpad@gmail.com

De zinvolle weg van het scheppende vermogen

Je wilt iets moois maken.....

Onderliggende gedachte die na dit verlangen zich er meteen tegenaan bemoeit: het moet wel lukken. Waarna er zich meteen de volgende gedachte oppiept welke ik noem belemmering numero uno: 'begin er maar niet aan want het lukt toch niet'.

Oke, andere invalshoek om te starten: Ik ben geraakt door het licht op deze sinaasappel, wauw..... laat ik eens gaan zoeken hoe ik dit gevoel met verf kan weergeven.

Welke kleuren zie ik in het licht, welke in de schaduw?

Welke vormen hebben die kleuren?

O wauw, de donkere kant heeft weerkaatsingen Wat een spannende kleur. Elk stukje van de sinaasappel heeft een andere kleur en ze hangen allemaal met elkaar samen. De ene kleur kan niet bestaan zonder de andere. Prachtige wetmatigheid. En zijn met wat er is en zich voor je neus voordoet is 'misschien' wel heel erg ACT? :-) Daarom 'doen' deze twee (ACT en beeldend werken) het zo leuk met elkaar.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

“Hier was iets gebeurd”

Een ervaring op mijn stage. De dagopvang voor mensen met dementie en of andere zorgvragen.

Misschien kan je Arie meenemen. Dat zegt een verzorgende van de dagopvang. Arie loopt met zijn rollator met mij mee naar de zaal waar mijn potloden en papier liggen. De zaal is er voor kerkdiensten, vergaderen en zingen. Tussen het glas in lood in de ramen en de bijbels in de kasten liggen mijn krijtjes.

Arie heeft zijn mond wat open staan, hangt op zijn rollator en kijkt rond. Als hij mijn spullen ziet zegt hij: ik kom uit de bouw hoor. Vanaf mijn 16e. Dus knutselen dat kan ik niet.

Zachtjes beginnen, dacht ik. Eerst maar eens landen. Waar hou je van Arie? Wat doe je als je thuis bent? Via voetbalvelden, alle kleuren groen zoeken, groen maken, gingen we samen met schilders-tape plakken. Dat kende hij uit de bouw.

Een uur later nodigde ik de verzorgende uit om hem op te halen. Arie hield expositie. Zijn werk had ik op de muur gehangen. Een bordje met ‘expositie’ erbij. Hij wilde een expositie. Zijn woord. Hij maakte een werk wat hij ‘De Brug’ noemde.

Beduusd en ontroerd ruimde ik op.
Hier was iets gebeurd.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

Cursus Beeldtaal

Beelden zeggen zoveel meer dan woorden kunnen doen.

Een 'beeld' is, voor het lezersgemak, het woord dat we ook bij de Vrije Academie 't Pad gebruiken om alle expressiemogelijkheden aan te geven, zoals tekeningen, schilderijen, klei- en boetseerwerken, scheur- en plakwerken, etcetera. Het begrip beeldtaal heeft meerdere betekenissen. Volgens Van Dale is het een 'taal die door beelden wordt uitgedrukt'.

Sinds er mensen bestaan worden al beelden gemaakt, en worden zo hun sporen achtergelaten. Veelal bedoeld om te communiceren, er bestond immers nog geen schrift. Beelden werden gemaakt om verhalen te vertellen bijvoorbeeld. Afbeeldingen van 45.000 jaar geleden al, zijn gevonden op rotsen die een weergave waren van rituelen, een gevecht, en jacht. Ook beelden uit de natuur, van wat kennelijk in die tijd en cultuur, wezenlijk van belang was.

Elke creatie - ieder beeld - hoe eenvoudig ook, is uniek. En deze schepping, is een weerspiegeling (van een deel, van het on- en onderbewuste) van de schepper zelf. De 'toets' van de kunstenaar maakt, dat een beeld dat door hem of haar is gemaakt, ook voor anderen herkenbaar kan zijn. Omdat het de unieke eigenschappen, kwaliteiten, en ook de innerlijke beleving laat zien van de kunstenaar. Een geoefende kunstenaar kan bewust kiezen voor het uiten van emoties, gedachten en een beeld maken van wat hem of haar bezighoudt. Maar dan nog zullen er altijd keuzes gemaakt zijn, die onbewust waren. En deze keuzes kunnen zich - in elk geval aan de maker zelf - ook laten zien in het beeld.

Als je in je eentje naar je eigen creatie kijkt, kan het beeld al iets aan je laten zien, waar je je nog niet bewust van was. En het maken ervan, is al een persoonlijk proces, waarin je van alles tegen kunt zijn gekomen in je kunstzinnig proces, waar je je keuzes in hebt gemaakt.

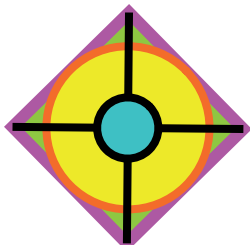
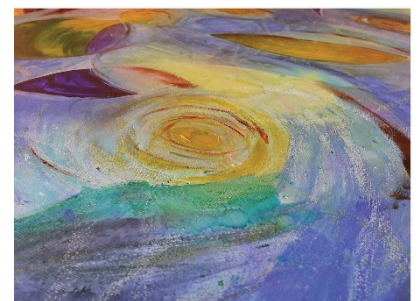
Alleen kijken kan echter lastig zijn, omdat je zelf ook door een gekleurde bril kijkt. En je ook gemakkelijk over iets heen kunt kijken, dat je liever misschien zou willen vermijden.



Door samen, en vanuit de beeldelementen, objectief en met een open blik naar een creatie te kijken, en de juiste vragen gesteld te krijgen, is er veel meer naar het bewustzijn te brengen. En kun je zo, je eigen woorden geven aan je persoonlijke proces.

Nieuwsgierig geworden naar wat beelden aan je laten zien? Een nieuwe driedaagse cursus Beeldtaal staat gepland in het voorjaar van 2023.

Datums: Vrijdagen 17 en 31 maart en 14 april
Tijden: Van 10.00 tot 16.30 uur
Docent: Margreeth Zwigelaar – Ufkes
Opgeven kan via dit formulier, van de website.

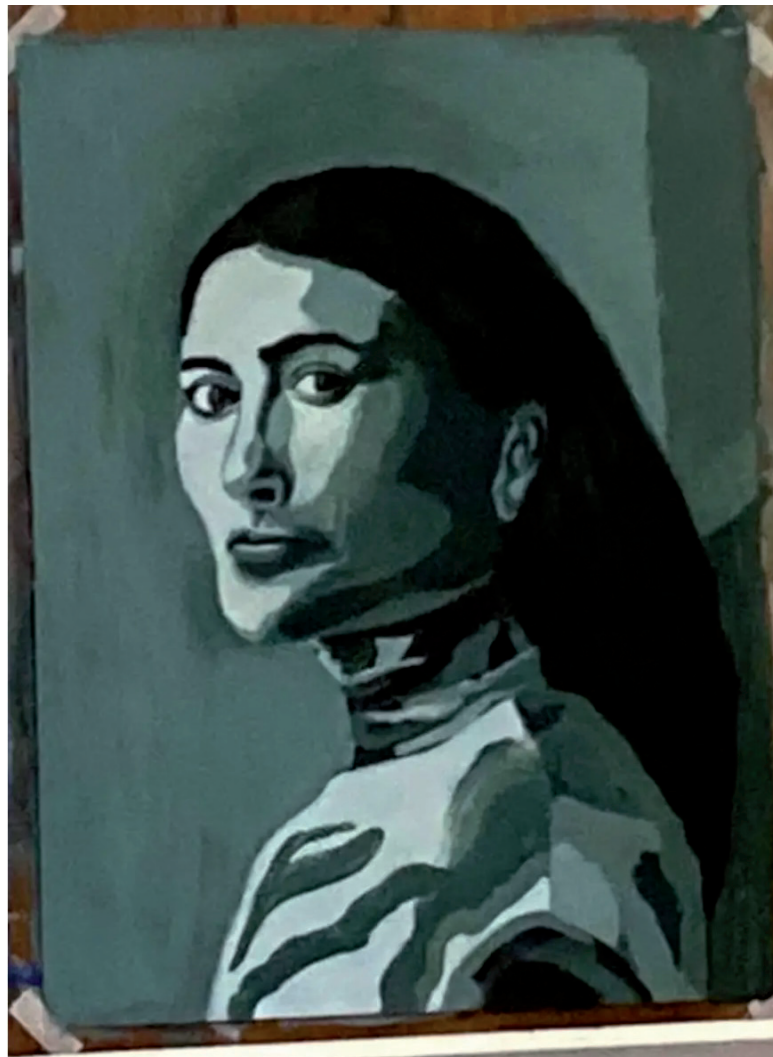


Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

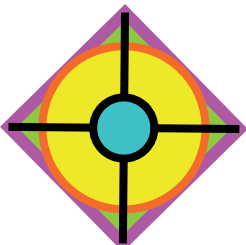
Toonwaarden en levend zwart

Was weer een inspirerende opeldingsdag bij de Vrije Academie 't Pad in Opheusden. Een les over toon. Ik heb een portret geschilderd in vijf toonwaarden. Levendig zwart, wit en de drie grijzen daartussen. Geschilderd in vlakken, geen details. En juist daarmee de essentie kunnen weergeven. Wat een ontdekking!



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com



Intuïtie

“Intuïtie is de helderheid die het hart kent en de geest over het hoofd ziet”.

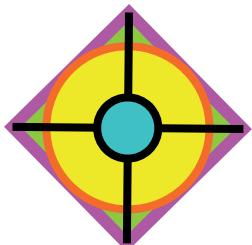
Intuïtie is een begrip dat zeker in ons vakgebied, waarin het werken met mensen vanuit een holistische visie centraal staat, veel en gemakkelijk gebruikt wordt. Maar wat bedoelen we eigenlijk als we het hebben over intuïtief handelen? Of luisteren naar je intuïtie, intuïtief weten? Wat is intuïtie? Het is niet iets dat je kunt zien, vastpakken of meten; je kunt het wel ervaren, ontwikkelen, erop leren vertrouwen en ermee werken, in je eigen leven en in de omgang met cliënten. Als we het erover hebben bedoelen we meestal zoiets als een direct weten, dat zich laat kennen via ingevingen, of via het voelen; aanvoelen, invoelen en voorvoelen. Het heeft te maken met je afstemmen en openstaan voor signalen van buitenaf, voor fysieke sensaties, emoties. Of het zien van innerlijke beelden, het luisteren naar de stem van het hoger zelf. En het heeft niet zoveel te maken met het denken, de ratio, verstandelijk redeneren op basis van kennis.

Op zoek naar een definitie kom ik een aantal omschrijvingen tegen: Vertaald vanuit het Latijn betekent het zoiets als naar binnen schouwen: intuitus [het kijken naar, blik, gezicht], van in [in] + tuēri [beschouwen, waarnemen]. Op Wikipedia vind ik het volgende: Intuïtie is een ingeving, een vorm van direct weten, zonder dat dit beredeneerd is. Er zijn verschillende definities die geïnterpreteerd moeten worden naar de visie waaruit deze voortgekomen zijn.

Zo wordt intuïtie in de psychologie ook wel omschreven als impliciete ingevingen, als gevolg van bepaalde gedachtegangen en waarnemingen. Dit in tegenstelling tot het bewuste of expliciete kennen en waarnemen. Mogelijk helpen intuïtieve ingevingen de mens om in complexe situaties een beslissing te nemen. Uit de diverse observaties en onderzoeken blijkt dat intuïtie is gebaseerd op aangeboren gedrag (evolutie)

én onbewuste waarnemingen. Kennis, werkplus levenservaringen en overige indrukken die je in je leven opdoet en vervolgens in je onderbewustzijn opslaat. In deze visie speelt het vermogen om patronen te herkennen en te interpreteren een grote rol.

In de filosofie wordt het begrip intuïtie gebruikt als aanduiding van pure, directe kennis die niet uit eerdere kennis kan worden afgeleid. En in spirituele opvattingen betekent intuïtie zoveel als innerlijk zien, kijken door het oog van het hart, met de wijsheid van de ziel of het hoger zelf, dat spreekt via ingevingen of gevoel. Het overstijgt daarmee het denken van het ego, dat is gebaseerd op (beperkte) kennis, oordelend en gericht op overleven.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademietpad.nl - vrijeacademietpad@gmail.com

Als psychosociaal therapeut beeldend of tekentaal therapeut maken we gebruik van deze verschillende opvattingen over intuïtie. Door het werken met cliënten oefenen we onze waarneming, leren we onderliggende patronen herkennen en combineren we dat met kennis van de psyche en van het beeld, waardoor we steeds directer, intuïtief, weten wat er speelt. Ook stemmen we ons af op de wijsheid van ons hart, staan open voor ingevingen voorbij het denken en luisteren en bevragen zonder oordeel, waardoor de client bij zijn eigen wijsheid en antwoorden kan komen.

In de opleiding bij Vrije Academie 't Pad gaan we uit van een aantal basisprincipes en een visie op de mens als spiritueel wezen. Dat wil zeggen dat we allen bezielde wezens zijn, meer dan alleen ons fysieke aan tijd en ruimte gebonden lichaam, voortkomend uit en verbonden met een onbegrensd veld van liefde en wijsheid. Een intelligentie die ons om-vat en die we dus met ons denken niet kunnen be-vatten. Via ons hoger zelf hebben we toegang tot dit veld, dit bewustzijn.

Onze fysieke verschijning is feitelijk de unieke belichaming ervan. In ons persoonlijke leven zijn we echter vaak door kwetsingen en moeilijke ervaringen, door opvoeding, oordelen en overtuigingen over onszelf de toegang tot dit ruimere weten kwijtgeraakt en daarmee afgescheiden geraakt van wie en wat we dus in essentie zijn. We voelen ons slachtoffer van mensen en omstandigheden. Beeldend werken en het stimuleren van creativiteit is een prachtige manier om weer contact te maken met die liefdevolle essentie en levenskracht te voelen stromen. Waardoor we op een vreugdevolle manier de schepper van ons eigen leven worden die we eigenlijk altijd al zijn. In alle opleidingsjaren zijn we er dan ook op gericht om door oefeningen en opdrachten deze verbinding te herstellen, weer te leren afstemmen op de stem van het hart en de wijsheid van het hoger zelf. In eerste instantie voor de eigen persoonlijke ontwikkeling en in het geval van de PSW-opleiding ook om anderen daarin te kunnen begeleiden. Het is een manier van werken die niet via het denken maar via ervaring en voelen tot inzichten leidt. En dat is wat intuïtieve ontwikkeling in essentie is.



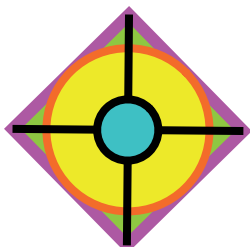
Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

Er zijn allerlei manieren waarop je dit kunt doen. Belangrijk is om oordelen en controle uit te schakelen of tenminste naar de achtergrond te dringen. Dan zal er namelijk meer ruimte ontstaan voor plezier, invallen, flow. Bijvoorbeeld door oefeningen zo in stappen aan te bieden dat er niet meteen naar een resultaat toegevoerd kan worden. En door het experimenteren en spelen te stimuleren. We geven creatieve opdrachten waarin verschillende invalshoeken gecombineerd worden en er zo iets nieuws kan ontstaan. Denk bijvoorbeeld aan het energetisch in beeld brengen van twee polariteiten en deze op een eigen manier beeldend te verbinden. Of denk aan het werken van licht naar donker en van donker naar licht, gekoppeld aan de persoonlijke ervaring van licht en donker. Beeldend vermogen ontwikkelen door de verbeelding te stimuleren, van niets tot iets te komen. Dat vraagt om verbonden te werken, openstaan voor ingevingen, controle en resultaat loslaten, te blijven voelen wat een opdracht met je doet, durven doen. Volg je handen maar zeggen we dan vaak. Aan de andere kant wordt door het werken naar de waarneming het zuiver, objectief kijken geoefend; zien en doen wat er is en niet wat je denkt dat er is. Zien voorbij het denken dus. Het samenspel van licht en schaduw, kleur en vorm, het ontstaan van ruimte gaan begrijpen en daardoor verinnerlijken. Waardoor ook op deze manier een intuïtieve en kunstzinnige ontwikkeling op gang komt. Deze twee benaderingen worden in aparte lessen aangeboden maar zullen uiteindelijk integreren en elkaar versterken. Oefeningen zijn er dus altijd op gericht een bepaalde ervaring aan te bieden, een ervaring die als de student zich er vanuit haar gevoel mee kan verbinden nieuwe inzichten en bewustwording oplevert. Gevoelde ervaringen zijn direct en kun je niet van tevoren 'uitdenken'. Door reflectievragen wordt achteraf afstemming op de eigen wijsheid en daarmee bewustwording vergroot.

Daarnaast zijn er niet-beeldende oefeningen die de intuïtieve ontwikkeling ondersteunen. Zo worden er regelmatig mindfulness oefeningen of visualisaties gebruikt om de aandacht naar binnen te richten, gedachten en emoties zonder oordeel waar te nemen en bewust te worden, en af te stemmen op de eigen compassie en innerlijke wijsheid. Er zijn schrijf-oefeningen, zoals spontaan schrijven over een (reflectie)vraag, een haiku schrijven of een beelddialog schrijven over een beeld dat je gemaakt hebt, dus zonder te 'bedenken' wat je schrijft. Er wordt lichaamswerk gedaan om iets na te voelen of om een beeld in een fysieke ervaring te vertalen, waardoor de lichaamswijsheid wordt geactiveerd.

Dit alles kan natuurlijk alleen maar werken als een student, of ieder van ons, zich veilig genoeg voelt om controle los te laten, te ontspannen en zich over te geven aan het proces. Zolang je je onveilig voelt blijf je namelijk in de overlevingsstand staan, en blijft het ego-denken de leiding houden. Dan blijven we oordelen en ons geoordeeld voelen en kunnen we onze eigen liefdevolle stem niet horen. Aan ons als docenten dus de taak om die veilige omgeving te creëren door zelf afgestemd te zijn op de compassie van ons hart, de wijsheid van ons hoger zelf en de stem van onze intuïtie.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

*Dit stuk is eerder gepubliceerd in Tekentaal,
vakblad van de Vereniging Tekentaal*

Cursussen vanaf januari 2023

Rouw en Verlies met Yvonne Bal
Vanaf 28 januari 2023

Hoe helpt creativiteit in processen van rouw en verlies? Verdriet dat niet is geuit, kan tot allerlei klachten leiden, zoals vereenzaming, depressie en ziekte. Door creatief te werken kan iemand in contact komen met beelden uit het onderbewuste. Deze beelden vertellen wat van binnen leeft en niet te uiten is met woorden. Deze cursus is voor mensen die voor zichzelf op een liefdevolle manier aandacht willen geven aan verlies en open staan om deze ervaring te verweven met het leven, of anderen daarbij willen begeleiden.

Van Passie naar Praktijk met Marjan Raven
Vanaf 19 maart 2023

Wat ga ik in de wereld zetten? Hoe authentieker hoe meer kans op succes. Dit is dan ook de focus van dit onderzoek, wie ben jij en wat wil jij. Hoe deel je uit, waar ligt jouw doelgroep, waar ben je onzeker in en wat is je grote passie.

ACT voor therapeuten en coaches
met Nicole des Bouvrie
Vanaf 4 februari 2023

Acceptatie en Commitment Therapie zet zichzelf tot doel de cliënt in de richting van psychologische flexibiliteit te brengen. Dat klinkt mooi, en er zijn boeken vol over geschreven. Maar hoe doe je dat dan, hoe pas je dit toe als therapeut in je eigen praktijk? In deze intensieve 6-daagse bijscholing/cursus komt het hele spectrum van Acceptatie en Commitment Therapie (ACT) aanbod. Op de manier die voor de Vrije Academie 't Pad de basis vormt van al het leren: ervaren leren in combinatie met beeldend werken.

Abstracte Kunst met Mary Webster
Vanaf 1 maart 2023

Tijdens de workshops gaan we spelen en experimenteren, onderzoeken we hoe we aan de slag kunnen gaan en hoe we kunnen reflecteren op wat we hebben gedaan om verdere stappen in het werk mogelijk te maken. Onderweg zal ik het werk van gevestigde abstracte kunstenaars delen om je te inspireren en je te helpen definiëren wat belangrijk is in je eigen werk.

Werken met Kinderen met Eva Gysen
Vanaf 11 maart 2023

Een intensieve vijfdaagse cursus voor het werken met kinderen, jeugd en jongeren. Een cursus speciaal voor iedereen die graag met kinderen in de rol van docent of coach werkt en zich wil bijscholen met de werkvormen van de Vrije Academie 't Pad; de holistische beeldende methode gebaseerd op ACT.

Beeldtaal
met Margreeth Zwiggelaar – Ufkes
Vanaf 17 maart 2023

Als je in je eentje naar je eigen creatie kijkt, kan het beeld al iets aan je laten zien, waar je je nog niet bewust van was. En het maken ervan, is al een persoonlijk proces, waarin je van alles kunt zijn tegengekomen. Door samen, en vanuit de beeldelementen, objectief en met een open blik naar een creatie te kijken, en de juiste vragen gesteld te krijgen, is er veel meer naar het bewustzijn te brengen. En kun je zo, je eigen woorden geven aan je persoonlijke proces.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeademiehetpad.nl - vrijeademiehetpad@gmail.com

Tip: Solotentoonstelling Helaine Blumenfeld

Tot en met 26 maart 2023 in Het Depot, Wageningen.

Alles wordt duurder, maar je kunt gratis naar Het Depot, een museum in Wageningen. Er is een prachtige beeldencollectie die je grotendeels zelfs mag aanraken.

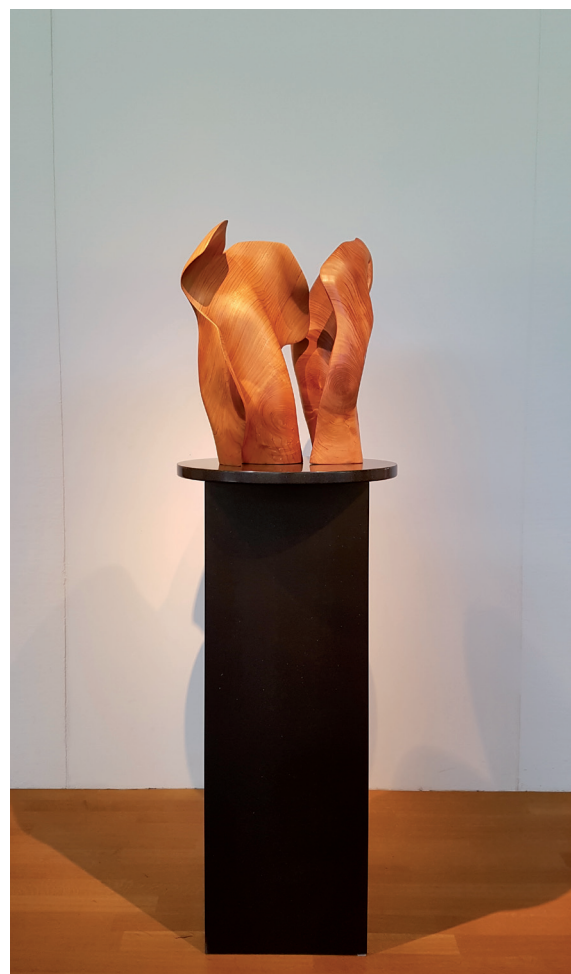
Diep geraakt was ik door de gelaagde beelden van Helaine Blumenfeld. Cederhout, wit marmer, kersenhout of brons, haar rijke beeldverhaal sprak woordloos tot mij. Voedsel voor de ziel.

Het museum is alleen op donderdag, vrijdag, zaterdag en zondag geopend. Je kan heerlijk vegetarisch of veganistisch eten en drinken in het museumrestaurant. Reserveren is wel zo slim.

Het aboretum, een bomentuin vol planten en beelden hoort bij het museum. De Ginkoboom was in felgele herfsttooi tijdens mijn bezoek. Maar ook in de winter is de tuin prachtig.

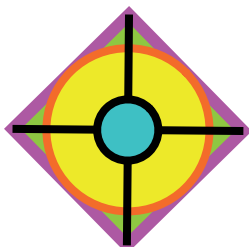
Het museum is mede opgericht door de Stichting Utopa. De drijvende kracht achter deze stichting is Loek Dijkman. Je kunt hem wel de Nederlandse uitvinder van duurzaam en maatschappelijk betrokken ondernemen noemen. Meer informatie kun je vinden op de website; <https://www.hetdepot.nl/>

Ik wil graag nog een keer, dus wie gaat met mij mee?
karinboodt@gmail.com



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com



Big Art in de voormalige Bijlmer Bajes

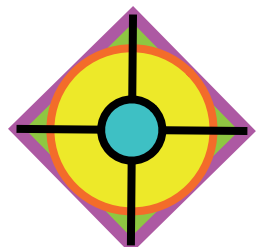
Voor het weekend van 4 november had ik een kaartje gekocht voor Big Art in de voormalige Bijlmer Bajes.

Een hele rauwe open betonnen ruimte waar op de grond nog heel duidelijk te zien is waar de muren hebben gezeten van de gevangencellen en hun 'badkamers'. Een ruimte met lage plafond en uitzicht op een binnenplein (de plek voor de gevangenen om te luchten) met een boom en een diepe gracht omheining aan de buitenkant van het gebouw.

Kunstenaars krijgen een eigen plek en moeten zelf zien hoe ze daar gebruik van maken ook met hun verlichting.

Ik heb wat foto's toegevoegd van kunstwerken die er waren. Een van de meest inspirerende kunstwerken voor mij waren die van Jackie Mulder 'art photography' ook omdat wij net de twee lesdagen 'toon' hebben gehad.

Haar werk bestaat altijd uit twee lagen. De bovenste is meestal een fotoprint op organza (zijde) en de onderste laag foto op hennep papier, inkt, acrylverf, houtskool en rood katoen garen.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com



Haar presentatie heet 't h o u g h t t r a i l s'. Jacky Mulder laat zich inspireren door hoe hersenen werken als we onze gedachten laten dwalen.

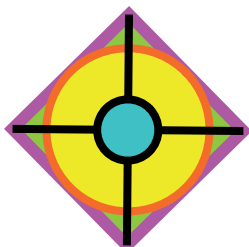
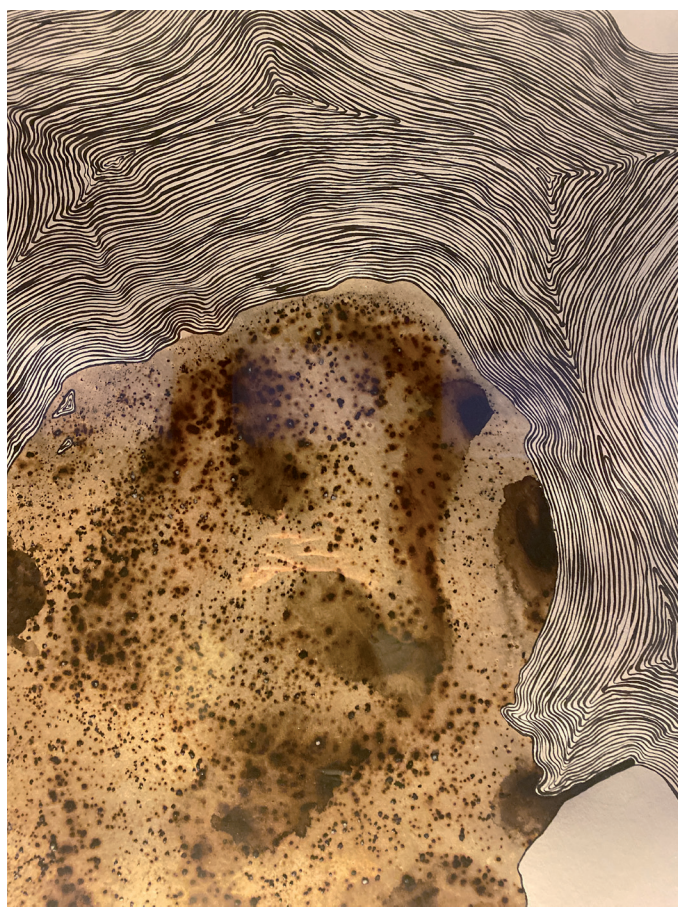
De geest schakelt willekeurig tussen heden en verleden, spring heen en weer tussen wazig en haarscherp en maakt fascinerende verbindingen. Het brein blokkeert bepaalde herinneringen en vult lege plekken op met de kracht van de verbeelding.

Dat stelt ons in staat om de wereld om ons heen naar eigen inzicht te manipuleren.

Door haar beelden te deconstrueren en opnieuw te verbinden creëert zij een nieuwe geïmagineerde realiteit. Ze gebruikt de draad om ermee te tekenen als een potlood dat over het beeld meandert. De draad verbindt als abstractie van leven van herinneringen, zoeken en denken. In een contemplatief proces creëert ze een eigen wereld, kalmeert ze haar geest en herstelt ze wat beschadigd is. Haar werk is letterlijk en figuurlijk 'helend'.

www.jackiemulder.nl

Insta @jackiemulder



Vrije Academie 't Pad

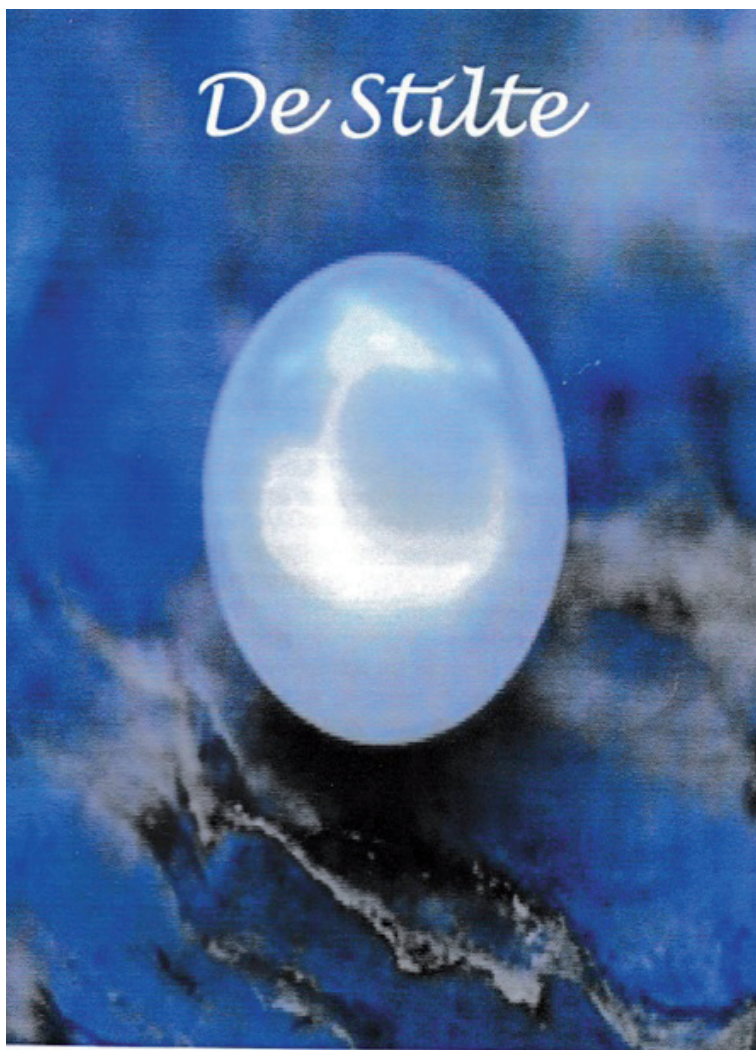
Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend

- Holistisch Beeldend Kunstenaar

vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

Stilte-weekend op de Leonardushoeve

“Onder onrust zit een bron van stilte.
Leer onbevangen waarnemen.
Ervaar de kracht van stilte.
Ervaar de rust en helderheid!”



In deze retraite kun je jezelf her-eiken midden in de winter, wanneer de natuur ook alle rust neemt en vanuit rust wellicht bewust of onbewust het nieuwe jaar te begroeten.

Wij nemen je mee in een flow van het kloosterritme, van beweging en stilte, in yoga en meditatie, wandelen & mantra zingen. Er is materiaal om te schilderen, er zijn interessante boeken of laat je masseren. Denk je dat stilte niks voor je is? Laat je verbazen door de stilte. Kom in de kracht van de stilte en her-eik jezelf.

Dit fijne lichte stilteweekend kunnen we wederom aanbieden op landgoed De Leonardushoeve, Hoverheideweg 2, 5951NB, Belfeld, Limburg, tel. 06 5789 4027 nabij Venlo. Met heerlijke vegetarische maaltijden. De kamers zijn eenvoudig en soms wat koud. Neem voldoende mee om je te verwarmen. Een kruik en een lekker dik vest, een sjaal.

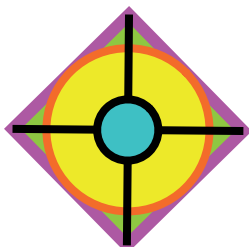
Het weekend wordt begeleid door Yvonne Bal en Evelien van Straaten. Yvonne is Dru- Hatha yogadocent en docente beeldende therapie waaronder Rouwen en Verliesverwerking. Evelien werkt als Yin-yogadocent, Mindfulness trainer en organiseert lessen en events voor persoonlijke ontwikkeling. Samen vormen we een mooi complementair duo!

Datums: vrijdag 6,7,8 januari vanaf 16:00 uur t/m zondag 16:00 uur.

Minimaal 10 en maximaal 14 deelnemers

Sluitingsdatum inschrijving 21 december 2022
Voor informatie over de kamers of de Leonardushoeve of wil je meer weten over het weekend en of stilte iets voor jou kan betekenen, dan kun je Evelien of Yvonne benaderen. Evelien van Straaten, 06-40865229, info@evelienvanstraaten.nl / yvonnebal@zonnet.nl 0644066083
Na aanmelding ontvang je een inschrijfformulier.

Op basis van Volpension van vrijdag 16 uur tot zondag 16 uur, kosten tussen 337 en 437 euro per persoon. Betalingsvoorwaarden en meer informatie, mail of bel naar Yvonne en/of Evelien.



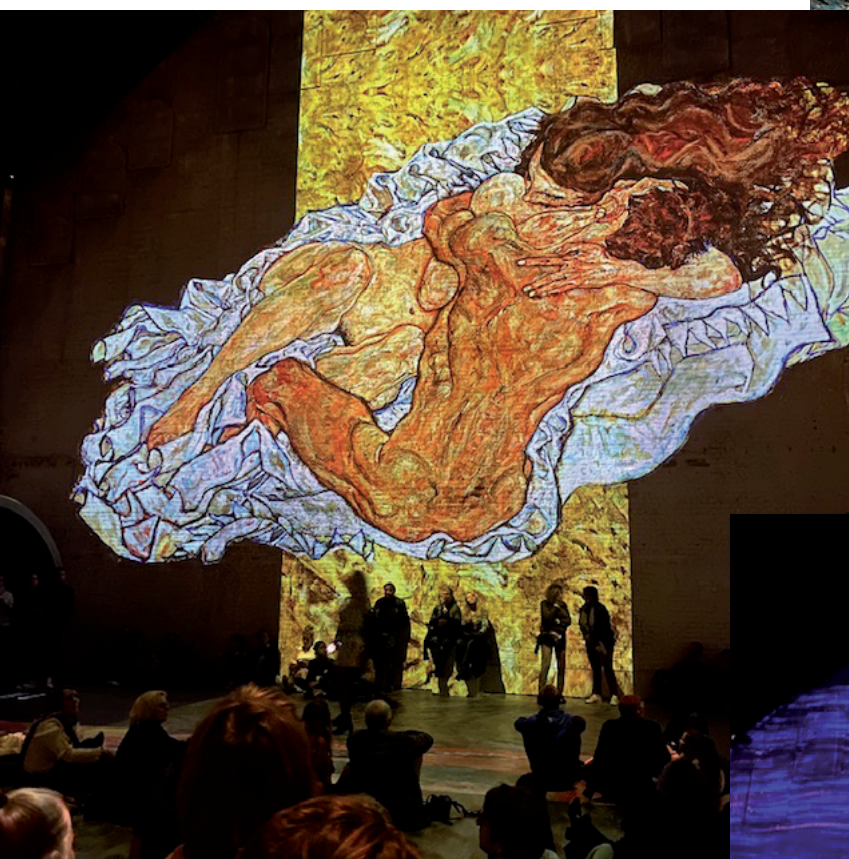
Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

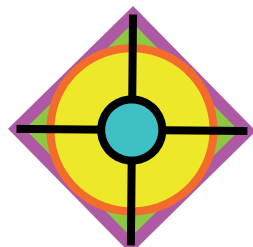
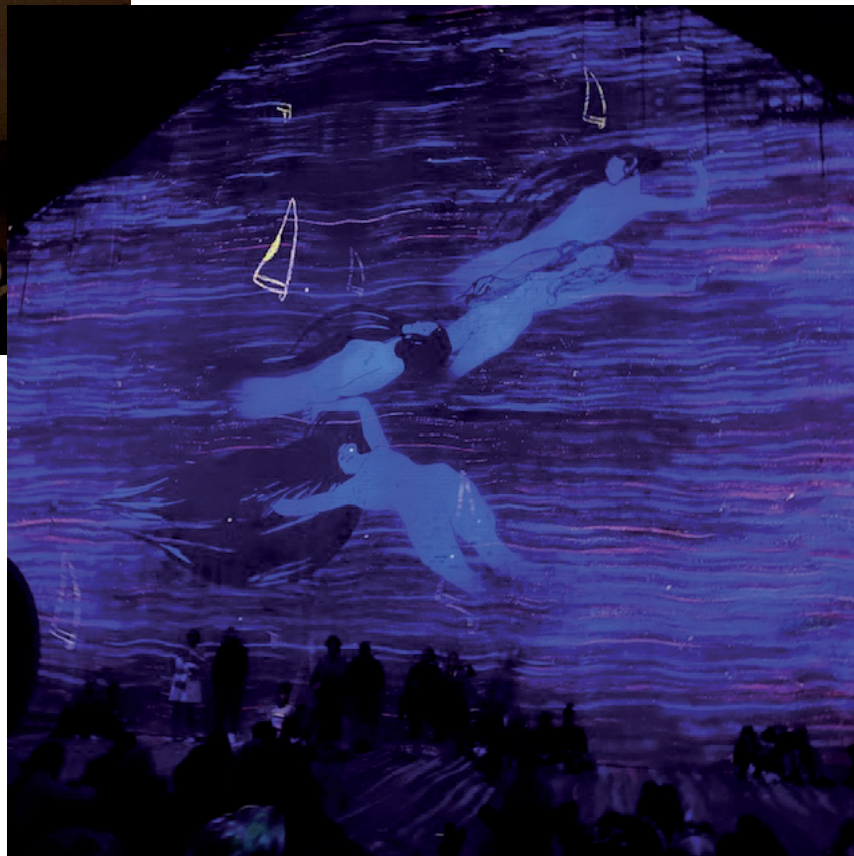
Exposities die de moeite waard zijn

Nog tot 8 januari is er op het terrein van de Westergasfabriek een lichttentoonstelling te beleven. Een uur licht en donker maar vooral licht. Klimt en Hundertwasser zijn speels te bewonderen vergezeld van muziek.

Het is wel aan te raden een zit- of staplaats te zoeken waar je overzicht hebt. Helemaal doorlopen en vanaf boven kijken is een aanrader.



In slot Zeist is nog tot 15 januari 2023 een kleine expositie van Gerti Bierenbroodspot te zien. Ze is een zeer veelzijdige kunstenaar en dat komt tijdens deze expo goed tot uiting. Zie de website van Slot Zeist.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar

vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

Tip: De Tempelhof

Onlangs heb ik de mogelijkheid gehad om deze kunstenaars te bezoeken.

Geweldig!!

Tekst van de website:

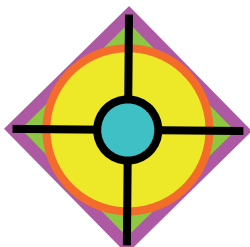
De Tempelhof, een Hortus Conclusus als Ambassade van het Nieuwe Denken – is het laboratorium van de universele beelden en denkbeelden van het kunstenaarsduo Huub & Adelheid Kortekaas.

De Tempelhof is een uitnodiging aan de wereld om medeschepper van onze aarde te worden vanuit de grote levensvragen: Wie ben ik? Wat is de zin van het leven? en Hoe geef ik dit leven vorm?

Een wake-up call naar de 21e eeuwse mens:

BE THE CHANGE !

<https://youtu.be/mTsZqGlXeyE>



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend

- Holistisch Beeldend Kunstenaar

vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

Boek: Kleur, licht en beweging

“Kleur, licht en beweging - Ontdek de wereld van oliepastelkrijt”

Uit ervaring heb ik ondervonden dat het schilderen met oliepastel krijt een helende werking heeft op de mens.

Er is voor zover aan mij bekend nog niet eerder een boek over deze schildertechniek verschenen. Daarom heb ik mijn jarenlange ervaring met deze schildertechniek nu gebundeld in het boek *Kleur, licht en beweging - Ontdek de wereld van oliepastel*. Het boek is bedoeld om geïnteresseerden te inspireren met kleurrijk beeldmateriaal van mijn werk. Daarnaast is het een praktisch werkboek om te leren schilderen met oliepastelkrijt, waarbij kleur, licht en beweging de rode draad vormen. Naast 60 oefeningen staan er veel tips en weetjes over het gebruik van oliepastelkrijt in om er goed mee te kunnen werken. Het is een boek waarin je stap voor stap wordt meegenomen in deze techniek en waarmee je direct aan de slag kunt gaan.

Mochten jullie interesse hebben in het boek *Kleur, licht en beweging - Ontdek de wereld van oliepastel* van Baukje Exler uitgegeven door uitgeverij Nearchus. De adviesprijs is € 32,50. Het boek is vanaf 3 december te koop via mijn webwinkel. Ga naar www.baukje-exler.com voor meer informatie.



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

Deepak Chopra

*Elke relatie is een
reflectie van de
relatie met jezelf.*

Deepak Chopra

Oproep Nieuwsbrief

Graag ontvangen we al jullie ervaringen, reflecties, foto's en ideeën voor de volgende nieuwsbrief, uiterlijk **8 maart 2023!**

Boekverslagen, museumbezoeken, reflecties, gedichten, ervaringen, kunstwerken, terugblikken, presentaties, alles is welkom!

Graag tekst in een word-bestand of in de mail zelf aanleveren, en alle foto's als los bestand bijgevoegd in jpeg of png formaat. Alvast bedankt, en ik zie uit naar jullie bijdragen!

Nicole des Bouvrie

nicole.vrijeacademiehetpad@gmail.com

Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend
- Holistisch Beeldend Kunstenaar
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

