



*Osternacht - Ninetta Sombart*

**Stille week en paasfeest 2018**

## Inhoud

Blz. 3 Weekprogramma, Stille week en Paasklokje

Blz. 4 Stille week en paasfeest

Blz. 5 Bomen en planeten

Blz. 6 Euritmie

Blz. 7 Gedicht; 'Het Licht' *Martinus Nijhoff*

Blz. 8 In huis, op het werkgebied

Blz. 9 Recept

Blz. 10 Evangelieteksten Stille week en paasfeest

Blz. 11 'De mens in metalen evenwicht'

Blz. 12 Verder lezen



## Stille week en Paasklokje

*(eventuele wijzigingen/aanpassingen worden per mail bekendgemaakt)*

- Zaterdag 24 maart 10:30** euritmie in de Pinksterzaal
- Palmzondag 25 maart 10.30** Bronlaakdienst/euritmie  
Euritmie, koffie in de Foyer  
Aansluitend wandeling langs de zeven bomen
- Maandag 26 maart 08.45** Ochtendspreuk, het Evangelie wordt voorgelezen  
**10.15** Euritmie in de Pinksterzaal
- Dinsdag 27 maart 08.45** Ochtendspreuk, het Evangelie wordt voorgelezen  
**10.15** Euritmie in de Pinksterzaal
- Woensdag 28 maart 08.45** Ochtendspreuk, het Evangelie wordt voorgelezen  
**10.15** Euritmie in de Pinksterzaal
- Donderdag 29 maart 08.45** Ochtendspreuk, het Evangelie wordt voorgelezen  
**10.15** Euritmie in de Pinksterzaal
- Goede Vrijdag 30 maart 08.45** Ochtendspreuk, het Evangelie wordt voorgelezen  
**15.00** Euritmie in de Pinksterzaal

**Iedereen gaat terug naar zijn werk om de dag af te sluiten**

**Zaterdag 31 maart Stille zaterdag, vrij in te vullen dag**

**Paaszondag 1 april 08:00 uur**

Paaswandeling o.l.v. *Gawein* Vertrek vanaf de zonnewijzer voor het Pinksterhuis.

**Een feestelijk paasontbijt in de huizen,  
Wat zou het mooi zijn elkaar uit te nodigen voor het Paasontbijt**

**10.30** Offerhandeling

### **08:45 uur; Maandag tot en met vrijdag; de ochtendspreuk.**

Elke ochtend wordt tijdens de ochtendspreuk de evangelietekst voor gelezen passende bij de gebeurtenissen in de Stille week op weg naar het paasfeest zoals beschreven in de Bijbel.

Volgorde ochtendspreuk, evangelietekst, lied, gebaar van de week, eventueel mededelingen, Wij wensen elkaar...

**Op werkdagen** tijdens de Stille week wordt na de euritmie koffie gedronken in de werkgebieden.

**Paasmaandag 2 april Vrij in te vullen dag**

## Stille week en paasfeest

Het paasfeest heeft geen vaste datum maar wel een vast tijdstip.

Namelijk na 21 maart, het lentepunt, na de eerste volle maan en dan die zondag daarna dan vieren we het paasfeest.

De zon en de maan bepalen het paasfeest. In de Stille week zal het volle maan zijn.

De aarde staat dan tussen de zon en de maan. We zien dat vaak afgebeeld op oude iconen; zon en maan aan weerszijde van het kruis.

Het paasfeest, een feest van vele symbolen en gebruiken, deze kunnen ons helpen het paasfeest te ontdekken, te leren kennen en te begrijpen.

Lente, voorjaar maar ook lijden en opstanding. Een nieuw begin, een nieuwe tijd.

### De paashaas en eieren

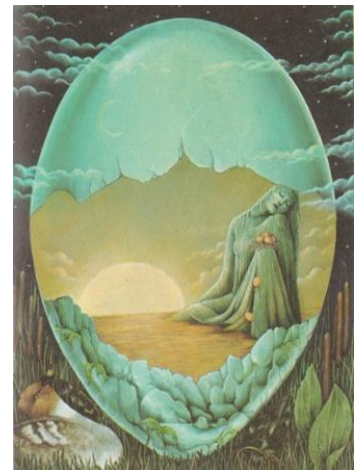
De eieren staan symbool voor nieuw leven, nieuwe mogelijkheden.

Het ei lijkt van buiten een dode 'steen' maar na 21 dagen bebroed te zijn geweest pikt zich er met veel moeite door de harde schaal een klein zacht donzen kuikentje uit. Een prachtig symbool voor het wonder van de opstanding. Eieren zijn universeel over de hele wereld en door de eeuwen heen het symbool voor leven geweest. Van oudsher zijn eieren offergaven geweest, vaak zelfs geverfd. Bij de Germanen bruin (aarde), geel (lentedodin) en rood (oppergod Wodan). De Egyptenaren hadden de mythe waarin de eerste god uit een ei geboren was. De overledene werd in eivorm begraven. Bij de Grieken was het de godin en oermoeder Nyx die een ei legde, waaruit de God met de gouden vleugels geboren werd, Eros de god van de liefde. Uit Finland (Kalevada) komen scheppingsverhalen waaruit hemel en aarde zijn ontstaan vanuit het ei.

### De schepping van hemel en aarde

*En toen verhief de moeder van het water, maagd van de lucht, haar knie uit de zee, haar schouderblad uit een golf. Als een aangename woonplaats, als nestplaats voor de brilduiker; de brilduiker, sierlijk dier, fladdert en zweeft in het rond. Ze ontdekte de knie van de moeder van het water op de blauwe open zee. Het leek haar een zachte graspol, vol turf. Ze vliegt eromheen, fladdert rond en landt op de knie. Ze bouwt er haar nest, legt gouden eieren, zes gouden eieren, het zevende van ijzer. Ze ging op de eieren broeden, verwarmde de punt van de knie. Ze broedde één dag, broedde een tweede en nog een derde dag ook. Daardoor nu krijgt de moeder van het water, maagd van de lucht, het brandend warm, haar huid verschroeit. Ze dacht dat haar knie verbrandde en al haar spieren smolten. Plotseling trekt ze met haar knie, haar ledematen trillen. De eieren tuimelen in het water, verdwijnen in de golven van de zee; De eieren barstten en braken in stukjes. De eieren verzanden niet in het slib en lossen niet op in het water. Ze worden in goede dingen veranderd, ze worden tot mooie dingen: De onder helft van een ei wordt de aarde, de bovenhelft van het ei de hemel daarboven. De helft van een dooier gaat gloeien als de zon, de helft van een eiwit gaat bleek glanzend als de maan; De spikkeltjes van de eieren, dat worden de sterren aan de hemel.*

*Uit het Finse epos 'Kalevala'*



Eieren werden in voorchristelijke culturen in het voorjaar in de aarde begraven, in de hoop dat dit de aarde vruchtbaar zou maken. Rode eieren, het ei als symbool voor levenskracht. Wij zoeken, delen en eten deze eitjes tijdens het paasmaal.

En dan de paashaas, symbool van vruchtbaarheid. Hij kwam uit het oosten, bruin als de aarde zelf. Hij brengt ons de eieren van de opstanding. Het nieuwe leven. Hij geeft ze niet zomaar, hij laat ons ernaar zoeken. Hij laat ons zoeken naar levenskracht. Hij doet dat in de tuin, de tuin waar we wieden, waar iets kan groeien, kan ontstaan. De haas is slim, waakzaam, vruchtbaar, slaapt nauwelijks (hazenslaapjes), heeft geen eigen huis, geen muren die hem beschermen tegen de wind, de wereld is zijn huis, de hemel zijn dak. De haas heeft vele vijanden, wapent zich niet, altijd alert, hulpeloos, altijd bezig te verdwijnen. Maar vooral; hij is onzelfzuchtig en offerbereid. Wanneer een soortgenoot in gevaar is en wegrent, moe wordt, zal de ander het overnemen en voor hem uitlopen, met gevaar voor eigen leven en zonder zelfzucht. Hij is dan ook het symbool voor ons hogere-ik.

*De haas maakt geen hol maar een leger, een 'sas' ('hij is in z'n sas'); waar ook de jongen geboren worden. De rammelaar; het mannetje staat bekend als uiterst intelligent en slim. Vogels maken soms gebruik van deze legers om hun eieren in te leggen en uit te broeden. Hij geeft een verstoppiek voor de eieren. Zo vormt de haas een prachtig symbool voor ons "ik".*



*Een "ik" om ons aan te spiegelen. In deze periode kunnen wij groeien, weer een verbintenis krijgen met de geestelijke wereld en innerlijk wakker worden.*

## **Bomen en planeten, de dagen van de week**

De Stille Week mag misschien wel gezien worden als het oerbeeld voor het weekritme, met de verschillende kwaliteiten die de dagen hebben. De maandag heeft het karakter van de reiniging, de dinsdag het karakter van een uiteenzetting. Zo kan men in iedere dag van de week een kwaliteit herkennen. (uit: 'perikopennotities' van Joep Eikenboom).

De namen van de 7 dagen van de week hebben we mede te danken aan de Germanen en de Romeinen. De dagen zijn genoemd naar de planeten als 'bewegende hemellichamen' en de Germaanse goden. Zon zondag, Maan maandag, Mars dinsdag, Mercurius woensdag, Jupiter donderdag, Venus vrijdag, Saturnus zaterdag. Deze planetenkrachten, ook die van de andere planeten, werken in alle levende wezens, dus ook in ons door. Om dat te ontdekken en de overeenstemming met de namen van de dagen van de week te beleven kunnen we kijken naar de bomen maar ook naar de kleuren, de metalen, de granen, die ons helpen de karakters en kwaliteiten zichtbaar te maken.

Op Palmzondag in de dienst zal Willem de Ridder ons meenemen in zijn verhaal over sterren en planeten en maken we na deze zondagsdienst en de koffie een wandeling langs de 7 bomen; Es, Kers, Eik, Iep, Esdoorn, Berk en Beuk. Deze bomen zullen het lint dragen in de kleur van de dag.

De verbinding met de granen kunnen we per dag ervaren tijdens het eten van de warme maaltijden in deze week; Tarwe, Rijst, Gerst, Gierst, Rogge, Haver en Mais.

Velen van ons kennen de boeken van 'Het kleine huis op de prairie' waarin elke dag in het teken stond van een specifiek huishoudelijke activiteit, misschien kennen we het nog van onze ouders en grootouders;

zaterdag de dag van het bakken, zondag rustdag, maandag wasdag, dinsdag strijkdag, woensdag repareren/heel maken, donderdag karnen, vrijdag boenen.

## Euritmie, gebaren en beelden

*Stille Week op Bronlaak door; Ruth Niessen, euritmiedocente en therapeute.*

Op Bronlaak wordt al vele jaren aandacht besteed aan de kwaliteiten van de 7 dagen van de week en dan vooral in de Stille Week die vooraf gaat aan Pasen. De namen van de 7 dagen van de week zijn afgeleid van de 7 planeten in ons sterrenstelsel en de kwaliteit van een dag is verbonden met de werking van een van deze planeten. Deze kwaliteiten of eigenschappen van iedere weekdag hebben we door de jaren heen op verschillende manieren geprobeerd zichtbaar en beleefbaar te maken. Zo hebben de bewoners een hele tijd samen met Henk Ledeboer de boomspreuken geoefend en gesproken, op iedere dag van de week een. Dit is al weer zo lang geleden dat veel jongere bewoners en ook nieuwe medewerkers deze boomspreuken niet meer kennen. Daarom leek het me een goed idee om dit jaar weer eens daarmee te beginnen.



De bewoners en medewerkers van de Regenboog gaan op de zaterdag de spreuk van de Beuk en op Palmzondag de spreuk van de Es laten klinken.

Vanaf maandag 26 maart gaan de werkgebieden het spreken overnemen:

Werkgebied 'het Hof' maakt een begin met de spreuk van de Kersenboom, de Kiem gaat op dinsdag de spreuk van de Eik laten horen, de TD-groep gaat de spreuk van de Iep op woensdag spreken, op donderdag neemt de Potterij het over met de spreuk van de Esdoorn. En op Goede Vrijdag sluit het werkgebied Sirius de Stille Week af met de spreuk van de Berk.

Zoals je zult horen heeft Henk indertijd alle boomspreken bewerkt en op ritmen gezet. Dit geeft iedere dag een ander ritme, een andere dynamiek mee.

Alle werkgebieden zullen ook de Ochtendspreuk van Rudolf Steiner spreken. Dit gaat dan samen met de bewoners gebeuren, die in de afgelopen weken de euritmie-gebaren geoefend hebben om deze spreuk weer mooi te laten stralen. De bewoners zullen de kleuren van de weekdagen in hun kostuum dragen. Een groep bewoners is onder leiding van Ute Hensler begonnen met het instuderen van de muzikale begeleiding van de 'planeten'.

Niet alleen de bewoners hebben zich voorbereid. Sinds januari zijn er ook een aantal enthousiaste medewerkers en vrijwilligers bezig geweest met het oefenen van deze 7 planetenkwaliteiten. Ook deze inspanningen zullen we gaan zien en hopelijk een stemming overbrengen, die deze dag met zich meedraagt. Bovendien zullen weer enkele medewerkers en bewoners een muzikale inleiding voor iedere dag verzorgen. Op Palmzondag zal Willem de Ridder ons tijdens de dienst iets vertellen over de planeten en aansluitend zal de jaarlijkse 'bomenwandeling' plaatsvinden. Erwin Janssen zal vooraf de 7 bomen in en rondom 'de Kiem' met de juiste linten versieren.

*We verheugen ons allen op een spannende, intensive en inspirerende Stille Week.*



## Het licht

Het licht, Gods witte licht, breekt zich in kleuren:  
Kleuren zijn daden van het licht dat breekt.  
Het leven breekt zich in het bont gebeuren,  
En mijn ziel breekt zich als ze woorden spreekt.  
Slechts die zich sterven laat, kan 't leven beuren:  
O zie mijn bloed dat langs de spijkers leekt !  
Mijn raam is open, open zijn mijn deuren—  
Hier is mijn hart, hier is mijn lichaam: breekt !

De grond is zacht van lente. Door de bomen  
Weeft zich een waas van groen, en mensen komen  
Wandelen langs de vijvers in het gras—  
Naakt aan een paal geslagen door de koorden,  
Ziel, die zichzelf brak in liefde en woorden:  
Dit zijn de daden waar ik mens voor was.

Uit: *De wandelaar*, 1916 Martinus Nijhoff

*Stille week en paasfeest 2018*

## In huis, op het werkgebied



Het nu volgende deel van deze uitgave van het klokje kan een hulp zijn om elke dag even stil te staan bij enkele van de kwaliteiten van de dagen van de week. We kunnen proberen om samen verbanden te zoeken.

In veel huizen en werkgebieden wordt in de dagen van de Stille week een plek vrij gemaakt op de jaartafel voor de kwaliteiten van de dagen van de week. Misschien lukt het om de grote tegenstellingen in de Stille week en Pasen zichtbaar te maken door een zekere soberheid en bijvoorbeeld geen bloemen in huis maar een tak die nog open moet gaan, het graan, het metaal, de kleur van de dag. En dan op Stille zaterdag er samen op uit te gaan en bloemen in huis te halen, heb je buiten het speenkruid al gezien? Zo kun je het huis vanuit de ernst en soberheid tot een vreugdevolle en rijke plek maken.

### Spreuken

De boomspreuken nemen op Bronlaak een belangrijke plaats in tijdens de Stille week. Inmiddels hebben vele huizen het boekje met boomspreuken in hun bezit. In winkel de 'Waterman' is het boekje met de boomspreuken in combinatie met 'boomspreuken in ritme' te koop. Naast de boomspreuken zou je ook de dagspreuken/meditaties kunnen gebruiken. (Bewerking door Alexandra Buysman, 'Für die Tage der Woche' van W. Schuirth, Anweisungen für eine esoterische Schule' en planetenzegels R. Steiner. Samenstelling Tanca Boot

*Misschien wil je je verbinden met de dag waarop je geboren bent? Of je lievelingsdag? Welke kwaliteiten horen bij die dag en waar vind ik die kwaliteiten zoals kleuren, bomen, metalen en planeten terug in het dagelijks leven? Het zou kunnen helpen bij het maken van de jaartafel, het beleven van de euritmie en misschien dienen als een opstapje naar het begrijpen en het vieren van het paasfeest.*

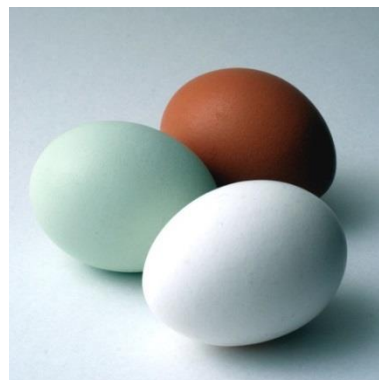
### Gekleurde eieren

De gelukkige eigenaars van de Aracauna-kip, die in Noord-Amerika veel als huisdier gehouden wordt, beschikken altijd over een voorraad gekleurde eieren, omdat deze unieke kip roze, blauwe en groene eieren kan leggen. Maar ook de Maran-kip uit Frankrijk, deze kip wordt ook wel de kip met de gouden eieren genoemd. Zij legt rood/bruine eieren.

Maar ja, de meeste mensen moeten ze natuurlijk nog steeds zelf verven. De eieren van een witte kip zijn er het beste geschikt voor.

### Natuurlijke kleurstoffen;

- Rode bieten (licht rood)
- Sinaasappelschil (licht oranje)
- Spinazieblad (licht groen)
- Bosbessen (blauw)
- Uischillen (beige)
- Koffie (bruin tintje)



*Eieren van de Aracuna-kip en de Maran kip*



## Paas-bietjes

Met zoete rabarberkaas en een asperge

Het zoet van de zomeroogst van vorig jaar, samen met scherpe en zure lente smaken en de allereerste asperge. Zo liggen de bewaarde bietjes als een lentegerecht op je bord. Bietjes op z'n paasbest.

Gerecht voor 4 personen

4 middelgrote rode bieten

4 asperges

2 eieren

200 gram geitenroomkaas

2 volle eetlepels rabarbermoes

1 eetlepel honing

verse rucola

verse bieslook

4 plukjes alfalfa



Bieten wassen en in ruim water, in ongeveer 40 minuten goed gaar koken. En even laten afkoelen.

Gebruik een restje rabarbermoes of maak meer dan je voor dit recept nodig hebt. Aan beide stelen van de stengels een stukje afsnijden. Rabarber in kleine stukjes snijden en gaar koken in zo weinig mogelijk water. De rabarber is gaar wanneer ze in sliertjes uit elkaar valt. Laten afkoelen.

Eieren goed hard koken.

Asperges van onder het kopje schillen met een dunschiller en in 10 à 15 minuten gaar koken.

Bieslook fijn hakken. Eieren pellen en in kleine stukjes snijden.

Roomkaas mengen met rabarber en honing.

Rucola over 4 borden verdelen. Bieten schillen, in plakken snijden en naast de rucola leggen. Rabarberkaas op de rucola scheppen. Een asperge op de bietjes leggen. Asperge bestrooien met ei en bieslook. Garneren met een plukje alfalfa.

Lekker met gierst, rijst, haver of gerst.

## Perikoopteksten Stille week en Pasen



Palmzondag 25 maart:  
'*Intocht in Jeruzalem*'  
Johannes 12 : 12-18



Maandag 26 maart:  
'*Tempelreiniging*'  
Mattheus 21 : 12-14



Dinsdag 27 maart:  
'*Lering en twistgesprekken in de tempel*'  
Lucas 20 : 1-17



Woensdag 28 maart:  
'*Zalving in Bethanië*'  
Marcus 14 : 3 - 1



Witte Donderdag 29 maart:  
'*Laatste Avondmaal*'  
Lucas 22 : 14 - 23



Goede 30 maart:  
'*Kruisiging en graflegging*'  
Mattheus 27 : 33-39 - 23

**15:00 uur; Mattheus 27 : 45 -54**  
'Het sterven'



Stille zaterdag 31 maart: *geen schriftlezing*



Paaszondag 1 april:  
'*Hij is opgestaan*'  
Markus 16 : 2 - 8



### **De mens in metalen-evenwicht**

Wie kopert zonder ijzer weet  
Dat hij de aarde niet betreedt.  
Voor wie slechts ijzert staat wel vast:  
De aarde wordt hem tot een last.

Wie slechts zilvert zonder lood  
Blijft fantast tot aan z'n dood.  
Wie het lood slechts kiest als gids  
Werkt in 't leven veel te spits.

Wie te veel z'n tin laat werken  
Zal te vroeg het oud-zijn merken.

Stelt men het kwik te hoog in rang:  
Men blijft een kind z'n leven lang.

Wie goud slechts als een sieraad ziet  
Die kent het ware goud-zijn niet,  
dat met begeerte niet kan leven  
maar slechts met 't ware wijsheids-streven.

Tot 't hart spreekt een verborgen taal  
Een gouden bede telkenmaal:  
Dat wijsheid, in het hart ontbloeid  
In hand en daden verder vloeit.

*Epiloog uit „Levende metalen” 1969, L. Mees*

## Verder lezen

- Pasen, Hemelvaart, Pinksteren, *Vereniging voor vrije opvoedkunst*
- Schipper mag ik overvaren, J. v.d. Stok
- Levende metalen, *Leen Mees (ook als E-book antrovista)*
- Leven met het jaar, *Kutik*
- Van herfst tot zomer, *Fred Tak*
- Tussen Golgota en de Jordaan, *Emil bock*
- De vier jaarfeesten, *R. Steiner*
- In de stroom van het jaar, *Boogert*
- De dierenriem, *Loek Dullaart*
- Jaarfeesten, *Sweers*
- ABC- wijzer jaarfeesten, *antrovista*
- Het christusbewustzijn, *Danielle van dijk*
- De twaalf zintuigen, *Soesman.*
- De kleuren, *R. Steiner*
- Kleurenleer, *Goethe*
- Jaarfeesten vieren met kinderen, *Barz*
- Luisteren naar bomen, *Bert Voorhoeve*
- Op doorreis naar jezelf, *Bert Voorhoeve*
- Zon, maan en sterren, *Mulder*
- Nieuwe testament
- De bijbel in de kunst
- Mensen en planeten, *Veltman*
- Bomen en planeten, *Julius*
- 8-voudige pad, *Joop van Dam*
- 'Welke wijsheid is verborgen in het sprookje van Koning lijsterbaard' J. Verbrugh
- De jaarfeesten, *R. Steiner*
- De vier jaarfeesten, de verbinding met de natuur, *Wolter Bos*
- Van binnen naar buiten, planeetkwaliteiten in het onderwijs
- De jaarfeesten, *Fred Tak*

## Voorlezen

- Het zonne- ei, *Elsa Beskow*
- Het goud van de armen, *Dreissig*
- Laat mij het levenswater zoeken, *Ineke Verschuren*
- Het mooiste geschenk, *Summers Grimm*  
Koning Lijsterbaard, De wolf en de zeven geitjes, Roodkapje, Sneeuwwitje, Sneeuwwitje en rozerood, Hans en grietje, De kikkerkoning, Het levenswater, De bijenkoningin, Jorinde en Joringel, De kristallen bol.
- De vierde koning, *van Dijk*
- De reis van Tobias, *Nico ter linden/Bob Siljée*
- Het Bomenboek, *bomenstichting*

## Internet

- Antrovista
- Perikopennotities

## Vrolijk paasfeest

Tanca Boot

