



Programma 2019/2020

Beste bezoeker van deze website,

Bij het begin van het nieuwe seizoen voor De Zwaan willen we ons laten inspireren door woorden van paus Franciscus. Hij vraagt ons de aarde te zien als ons gemeenschappelijke huis en alle andere levende wezens als onze 'huisgenoten', die aan onze zorg zijn toevertrouwd.

Die gedachte is ook de basis voor het [meerjarenbeleidsplan](#) dat we onlangs als bestuur en coördinatoren van De Zwaan hebben opgesteld. Wat willen we met onze programma's – zoals die ook op deze website zijn te vinden – bereiken?

- *Dialogoog en verbinding bevorderen tussen mensen met verschillende culturele, religieuze en levensbeschouwelijke achtergronden met als doel begrip en compassie voor elkaar en wederzijdse verrijking.*
- *De beleving van eenheid en verbondenheid met de aarde en allen die haar bewonen bevorderen. Deze wekt het verlangen 'van binnenuit' begrip, liefde en compassie te ervaren en/of ontwikkelen voor 'ons gemeenschappelijk thuis en onze medebewoners' als basis voor een ecologisch verantwoorde ethiek en levensstijl.*

Paradijsvogels

Een paradijsvogel is een tropische zangvogel met levendige en schitterende kleuren. Vogel van God, zegt Wikipedia. Samen met de oecumenische Laatdiensten hebben we deze bijzondere vogel tot thema voor dit seizoen gekozen. In figuurlijke zin zijn paradijsvogels bijzondere en eigenzinnige mensen. Wat kunnen wij van hen leren en hoe willen wij met hen omgaan?

In de Laatdiensten ligt dit seizoen de focus op mannen en vrouwen in de Bijbel die je ook paradijsvogels zou kunnen noemen. Er klinken verhalen die schuren, irriteren, maar ook verwondering en ongeloof oproepen.

In het programma van De Zwaan besteden we dit seizoen aandacht aan hoe we (willen) omgaan met het ander(s) zijn van anderen en van onszelf!

Ook namens bestuur en collega,
Annemarie Pronk

programmacoördinator

www.charterforcompassion.org

www.handvestvoorcompassie.nl

www.alkmaarstadvancompassie.nl

www.earthcharter.nl

www.laaddiensten.nl

Over grenzen

*interreligieuze en –
levensbeschouwelijke dialoog*

Grenzen...! Aan de ene kant dagen ze ons uit en willen we weten wat er aan de andere kant is. We zoeken ze bewust op als we reizen, nieuwe activiteiten ondernemen of onbekenden ontmoeten. Hoe inspirerend en verrijkend kan dat zijn! Aan de andere kant zijn we geneigd onze grenzen te bewaken, willen we niet dat mensen te dichtbij komen. Of zijn we huiverig om ons buiten onze eigen 'bubbel' te begeven. Onbekend maakt onbemind, luidt het gezegde.

Wat zou er gebeuren als we dan die grenzen eens over zouden durven gaan? Zou kunnen blijken dat bekend ook bemind maakt? We luisteren vanavond eerst naar zes korte inleidingen van

mensen met verschillende religieuze en levensbeschouwelijke achtergronden. Zij vertellen welke verhalen, waarden en/of inzichten hen inspireren rond het thema 'Over grenzen'. Vervolgens kunnen we met elkaar in gesprek gaan en zo de grenzen oversteken die ons in het dagelijkse leven vaak gescheiden houden.

- Vrijdag 20 september, 19.30 - 21.30 uur
- Lukaskerk, Oude Kanaaldijk 9/11, Alkmaar. Deze kerk van de Christengemeenschap viert dit weekend haar 25-jarig bestaan.
- Gespreksleider: Marleen Kramer, coördinator inloophuis De Zwaan.
- Inleiders: imam Elhoussaine Essabir, dominee Cokkie Groot, joods 'verbinder' Marion Rosenthal, priester Christengemeenschap Edith Schoneveld, zenleraar/boeddhist Pieter Verduin en een humanist.
- Aanmelding is niet noodzakelijk, maar voor de organisatoren wel prettig.



Deze bijeenkomst wordt georganiseerd door De Zwaan, de 3BG+ en de Lukaskerk en ondersteund door de PGA.

Ontmoeting met Mosjé/Mozes/Musa en met elkaar

voorstelling en gesprek

Vanmiddag kijken we eerst naar een voorstelling waarin een joodse, een christelijke en een islamitische vrouw met elkaar in gesprek gaan over hoe Mozes hen inspireert. Mozes, Mosjé of Musa speelt een belangrijke, zij het iets verschillende, rol in de Tenach, de Bijbel en de Koran.



De speelsters zijn ‘in het echt’ ook al jaren met elkaar in gesprek over hun eigen ontwikkeling. Dat is verrijkend, maar soms ook lastig. Maar als zij er samen uitkomen, moet het op grotere schaal ook lukken, is hun uitgangspunt. Daartoe nemen zij ons mee op hun reis.

Na de voorstelling worden we uitgenodigd om in drietallen met elkaar te spreken over een inspirerend moment op onze eigen weg en uit te wisselen hoe we deze ontmoeting ervaren.

Na de gezamenlijke afsluiting kunnen we onder het genot van een hapje en een drankje doorpraten.

- Zondag 29 september, 14.30 uur inloop met koffie en thee, 15.00 uur aanvang programma, 16.45 uur hapje en drankje
- Lutherse kerk, Oudegracht 187, Alkmaar
- Vrijwillige bijdrage na afloop
- Speelsters: (v.l.n.r op de foto) Eveline Masetti, ouderenpastor en verteller, Marion Rosenthal, paranormaal genezer en ‘verbinder’ en Saida Franken, docent, kunstenaar en theatermaker

Deze activiteit vormt de feestelijke opening van het seizoen van De Zwaan en de Laatdiensten en wordt ondersteund door de PGA.

Verbindende communicatie

tweedaagse basistraining

Hoe vaak komt het niet voor dat de woorden of daden van een ander ons kwetsen of irriteren? Meestal zijn we dan geneigd om te denken dat ons nare gevoel veroorzaakt wordt door de ander. Als die nou maar veranderde ...

Omgekeerd denkt hij of zij echter precies hetzelfde! Helaas werkt een gesprek over dit soort dingen vaak alleen maar

averechts. Hoe communiceren we nou zó met anderen dat er wederzijds begrip ontstaat en we samen oplossingen vinden voor onze conflicten? In deze training, die gebaseerd is op het levenswerk van Marshall Rosenberg, leren we communiceren vanuit compassie voor de ander én voor onszelf. Dan worden onze relaties met partner, familie en collega's veel bevredigender.



- Zaterdagen 16 en 23 november, 10.00 - 16.00 uur
- Remonstrantse kerk, tuinkamer, Fnidsen 33, Alkmaar
- € 75,00, inclusief syllabus
- Docent: Edith Slop is communicatiehersteller/trainer op basis van verbindende communicatie. Zij biedt op praktische en speelse wijze ondersteuning en begeleiding aan individuele mensen en organisaties/families die met elkaar in gesprek willen komen of blijven en elkaar oprecht willen horen en zien omdat contact, harmonie en verbinding belangrijk voor hen zijn. www.praktijk-oprecht.nl

Oefencirkel verbindende communicatie

“Deze ochtenden beleef ik als Pokon omdat we er allemaal door groeien en bloeien,” aldus een deelnemer.

Deze oefencirkel is een vervolg op de basistraining ‘Verbindende communicatie’. Heb je deze bij ons of elders gevolgd, dan kun je je voor deze oefencirkel aanmelden. De maandelijkse

bijeenkomsten worden telkens ingeleid met een thema. Daarna kunnen we situaties uit ons eigen leven ter sprake brengen, waarmee we willen oefenen. Deze bespreken we en spelen we soms ook uit. Zo kan wat we op de training hebben geleerd, vorm en toepassing krijgen in het dagelijkse leven.



- Maandagochtenden 3 februari, 2 maart, 6 april, 4 mei en 8 juni, 10.00 - 12.00 uur
- Remonstrantse kerk, tuinkamer, Fnidsen 33, Alkmaar
- € 50,00 voor deze serie van vijf ochtenden, € 12,50 voor een losse bijeenkomst
- Docent: Edith Slop is communicatiehersteller/trainer op basis van verbindende communicatie. Zij biedt op praktische en speelse wijze ondersteuning en begeleiding aan individuele mensen en organisaties/families die met elkaar in gesprek willen komen of blijven en elkaar oprecht willen horen en zien omdat contact, harmonie en verbinding belangrijk voor hen zijn. www.praktijk-oprecht.nl

Veel te laat heb ik jou liefgekregen

schrijfmeditatiemiddag

Deze activiteit is afgelast i.v.m. het coronavirus.

“Veel te laat heb ik jou liefgekregen, schoonheid wat ben je oud wat ben je nieuw. Binnen in mij was je, ik was buiten...”

Op deze bijeenkomst laten we ons zowel inspireren door deze zinsnede uit het lied ‘Om vrede’ van Huub Oosterhuis als door ‘paradijsvogels’, het seizoenthema van De Zwaan en de Laatdiensten. Een paradijsvogel is een tropische zangvogel met levendige en schitterende kleuren.

Vogel van God, zegt Wikipedia. In

figuurlijke zin zijn paradijsvogels

bijzondere en eigenzinnige mensen. Wat kunnen wij van paradijsvogels leren? Ieder vogeltje zingt zoals het gebekt is, maar hoe ben jij eigenlijk gebekt? Wat is jouw partij in de symfonie van het Leven?

Het antwoord kunnen we alleen ‘binnen in ons’ vinden. We doen deze middag verschillende schrijfoefeningen en meditaties die ons helpen dieper in contact te komen met onszelf en dat wat groter is dan wij.

- Zaterdagmiddag 14 maart, 14.00 - 17.00 uur
- Remonstrantse kerk, Fnidsen 37, Alkmaar
- € 17,50



- Docent: Marja Ligterink begeleidt in haar praktijk Zinne-beelden en op de bijeenkomsten van het steunpunt verlies en rouw van De Zwaan mensen met verlies- en rouwervaringen. Hierbij maakt ze gebruik van creatieve opdrachten, waaronder schrijven. www.zinne-beelden.nl

Deze activiteit wordt ondersteund door de PGA

Leven naar de dood?

Deze activiteit is afgelast i.v.m. het coronavirus.

dialogmiddag

Wat hebben de religies te zeggen als het gaat over belangrijke levensvragen? Veel! Want, wij zijn hier maar tijdelijk en hoe leef je goed? Hoe leef je met het besef dat het leven eindig is. En wat daarna? Mijn lieve hemel...

De dood heeft een plek in ieders leven. Welke vragen heb je? Welke teksten en rituelen vind je dan passend, om de dood te aanvaarden? Om het leven uit handen te geven? Wat troost je, wat verheugt je?

Spannende vragen, waarover vele opvattingen en antwoorden in de wereld en de religies en levensovertuigingen te vinden zijn.

Daarover willen we gezamenlijk nadenken en spreken op de dialoogmiddag van 21 maart. Er zullen inleidingen van diverse kanten zijn en er is gesprek mogelijk over deze menselijke vragen rond leven en dood.

Het Interreligieus en Levensbeschouwelijk Platform Alkmaar (ILPA-3Boekengroep) belicht het thema vanuit de drie boeken: Tenach, Bijbel en Koran. En ook vanuit Boeddhistisch en Humanistisch perspectief zal er een inleiding worden verzorgd. Organisatie in samenwerking met De Zwaan.

- Zaterdag 21 maart, 14.30 -16.30 uur
- Surinaamse Sunni-Razvi Moskee, Mesdaglaan 194, Alkmaar



Geen Bach zonder Luther

muzikale lezing

Deze activiteit is afgelast i.v.m. het coronavirus.

Steeds vaker wordt in de veertigdagentijd de Matthäus-Passion van Johann Sebastian Bach ten gehore gebracht en bezocht. Wat veel luisteraars en zangers niet weten, is dat Bach zich rechtstreeks op Maarten Luther heeft gebaseerd. Op deze middag vertelt Govert Jan Bach over de invloed die Luther heeft gehad op het leven en werk van Bach en over de overeenkomsten tussen beiden. Ook gaat hij zijdelings in op de vraag hoe het komt dat de Matthäus Passion en andere religieuze muziek zo razend populair zijn, ook onder mensen die zichzelf niet als gelovig beschouwen. De voordracht wordt afgewisseld met muziek van Bach die op het orgel ten gehore wordt gebracht door Pieter van Dijk. Ook zingen we samen een enkel lied van de hand van Luther en Bach en is er gelegenheid om met Govert Jan Bach en Pieter van Dijk in gesprek te gaan.



Govert Jan Bach heeft gewerkt als pastoraal psycholoog en schrijft en vertelt tegenwoordig over klassieke muziek. Pieter van Dijk is stadsorganist van Alkmaar en hoofdvakdocent orgel aan meerdere conservatoria. Hij is ook organist van de Grote of Sint Laurenskerk en de Lutherse kerk in Alkmaar. Deze activiteit wordt aangeboden samen met de Lutherse Kerk, de parochie HH. Matthias-Laurentius, De Protestantse Gemeente Alkmaar en de Laatdiensten.

- Leiding: Govert Jan Bach
- Datum en tijd: zaterdag 28 maart, 14.30 – 17.00 uur
- Locatie: Lutherse kerk, Oudegracht 187, Alkmaar
- Kosten: € 7,50.

Maandelijks zenmeditatie

Zenmeditatie vindt haar oorsprong in het boeddhisme. Al een jaar of vijftig wordt deze vorm van meditatie ook in christelijke kringen beoefend. Velen kunnen in deze tijd weinig meer met de overgeleverde geloofswaarheden. Zij zijn op zoek naar de levende ervaring van het mysterie, God, het 'niet ik, maar Christus in mij' of hoe men de bron in zichzelf ook wil noemen. Zenmeditatie, die het lichaam als uitgangspunt neemt om tot stilte en inkeer te komen, kan een steun zijn op deze weg.

De bijeenkomsten zijn bedoeld voor mensen die vertrouwd zijn met zenmeditatie of de



basiscursus zenmeditatie bij De Zwaan hebben gevolgd. We mediteren tweemaal 25 minuten zittend, afgewisseld met tien minuten loopmeditatie. Ook luisteren we naar teksten uit de christelijke mystiek en het zenboeddhisme en naar een kort commentaar hierop door de begeleider die een verband legt tussen christendom en zen.

- Negen keer op de vierde donderdag van de maand m.i.v. 26 september 2019 t/m 25 juni van 19.30 – 21.00 uur. I.v.m. Kerst is de bijeenkomst aan het eind van het kalenderjaar op *vrijdag* 27 december.
- De Terp, Kerklaan 4, Oudorp
- € 70 voor tien bijeenkomsten
- Docent: Bert Helmich volgde HBO-MWD en bachelor HBO-Theologie en beoefent en begeleidt al tientallen jaren zenmeditatie.

Opgave en financiën

- Voor meer informatie over de activiteiten kunt u contact opnemen met de Carla van Bellen secretaris@dezwaan-alkmaar.nl. Als uw financiële situatie een belemmering vormt om u op te geven, neemt u dan alstublieft ook contact met haar op.
- U kunt zich aanmelden via de website (zie onderaan deze pagina).
- Uw aanmelding is definitief als het cursusgeld op het rekeningnummer van De Zwaan staat onder vermelding van uw naam en de betreffende activiteit(en). NL 31 INGB 0677 4695 78 t.n.v. Stichting De Zwaan.
- Als u over ruime financiële middelen beschikt, dan stellen we het erg op prijs als u iets extra's overmaakt. U kunt het werk van De Zwaan ook steunen door donateur te worden. Dat is aantrekkelijk omdat De Zwaan een ANBI-verklaring heeft waardoor donateurs hun giften mogen aftrekken van de inkomsten- of vennootschapsbelasting.

[opgaveformulier](#)