

*impressie van een project  
enkele teksten uit handreiking*

# Mijn Kijk op het Leven

- een handreiking voor het exploreren van de eigen levensbeschouwelijke oriëntatie -



## Vooraf

*Mijn Kijk op het Leven* is een handreiking voor mensen die hun eigen levensbeschouwelijke oriëntatie nader willen exploreren. Deze handleiding is bedoeld voor begeleiders die als vrijwilliger of als professional ondersteuning geven aan mensen bij het verkennen en verder ontwikkelen van hun eigen kijk op het leven.

## Kijkwijzer

*Mijn Kijk op het Leven* is de titel van een boek dat de cliënten gaan maken. Daarin vertellen zij in woorden, tekeningen, liedjes, foto's hoe zij aankijken tegen het leven. Als het boek klaar is kun je zeggen: hier is de levensbeschouwing van de verteller.

Bij het maken van het boek oriënteren wij ons op drie referentiepunten: ruimte, tijd en transcendentie. Het zijn ankerpunten van het menselijk bestaan en je kunt ze daarom hanteren als invalshoeken en uitkijkposten die zicht geven op ons leven.

1. De kijkpost *ruimte*. Van hieruit kijk je naar de plaats waar je bent. Je woont in je lichaam. Met alle andere mensen, dieren, dingen ben je in de ruimte, in de ruimte van je huis, van je wijk, van de wereld. Wij wonen altijd ergens. Wij zijn bewoners; de ruimte

is ons verblijf; daarin leren/werken wij en gaan we relaties aan. Het *huis* is het symbool van de ruimte.

2. De kijkpost *tijd*. Van daaruit kijken we hoe het leven verloopt. Het staat nooit stil: op het moment dat je zegt 'nu', is nu al voorbij. Het leven geschiedt. Daarin heeft ieder zijn eigen geschiedenis. Wij zijn reizigers: in de tijd en daarom altijd onderweg. In ons leven is er altijd sprake van een vroeger, een later, een nu. De *levensweg* is het symbool van de tijd.
3. De kijkpost *transcendentie*. Vanuit deze kijkpost speur je naar de binnenkant van alles wat je meemaakt in tijd en ruimte. Het bestaan is jou geschonken. Wij zijn erfgenamen van het leven. Wij komen er uit voort, maar hebben er niet om gevraagd. Wij hebben een gemeenschappelijke afkomst en zijn verschillend. Wij delen het bestaan, maar iets is jou ten diepste eigen. De *schatkist* is het symbool van transcendentie (daar bewaar je je kostbaarste dingen, mooie en moeilijke).

Elke 'kijkpost' heeft een eigen beeld:

Ruimte:	huis
Tijd:	levensweg
Transcendentie:	schatkist

## Ter impressie – enkele bijeenkomsten

### • *Bijeenkomst 2*

**Basisbegrip:** ruimte

**Beeld:** huis

**Thema:** Wonen - mijn huis, mijn wereld

Mogelijke invullingen:

- Hoe ziet jouw huis, jouw kamer eruit? Wat is fijn daaraan en wat zou je anders willen?
- Hoe ziet jouw droomhuis eruit?
- Wie horen er bij jouw huis? Bij wie ben je thuis?
- Je maakt een reis van de kleine naar grote ruimte: kamer, huis., straat, stad, land, aarde, heelal. Wat kom je allemaal tegen?
- Hoe voelt het als je je thuis voelt? Wanneer voel jij je thuis?
- Wat doe je als je ergens komt waar niemand jou kent?
- Wat doe je als mensen die je niet kent, jou iets vragen? Stel, je loopt op straat....
- Wie zijn jouw gasten? Wat doe je als iemand jouw gast is? Ben jij wel eens de gast van iemand? Wat gebeurt er dan? Hoe voel je je dan?

Schatkist

Wanneer is wonen fijn en wat wil je daarvan in jouw schatkist stoppen?

### • *Bijeenkomst 5*

**Basisbegrip:** tijd

**Beeld:** levensweg

**Thema:** Vroeger - mijn levensweg tot nu toe

Mogelijke invullingen:

- Wanneer ben je geboren? Waar ben je geboren? Wat hebben jouw moeder / vader verteld over jouw geboorte?
- Welke naam hebben jouw moeder / vader jou gegeven? Vind je het een mooie naam? Had je liever anders geheten? Wat vind je de mooiste namen?
- Wie zijn mijn moeder, vader, broertjes, zusjes? Wie zijn mijn oma en opa? Heb je nog meer familie: ooms, tantes, neven, nichten
- Wat kan ik me nog van vroeger herinneren toen ik heel klein was? Wat was het allerleukste? En wat was het allermoeilijkst dat je hebt meegemaakt? Wil je erover vertellen?
- Terug in de tijd: nu, gisteren, vorige week, mijn vorige verjaardag, toen ik geboren werd, toen mijn moeder geboren werd, toen de aarde geboren werd, toen het heelal geboren werd..... Hoe werd volgens jou de aarde geboren?
- Wat is groeien eigenlijk? Word jij graag groter en ouder? Waarom wel / niet?

Schatkist

Wat wil je van je leven-tot-nu-toe in jouw schatkist stoppen?

### • ***Bijeenkomst 10***

**Basisbegrip:** transcendentie

**Beeld:** schatkist

**Thema:** Mijn bijdrage aan onze schatkist

Mogelijke invullingen

- Wat is het mooiste dat je ooit hebt gekregen? Wat doe je daarmee?
- Wat is het mooiste dat je ooit aan iemand hebt gegeven?
- Zou jij ook iets voor de grote schatkist willen maken? Waarom wel / niet? Welke schat uit jouw schatkist zou jij aan de grote schatkist willen geven? Waarom die schat?
- Hoe zullen we dat maken (kopie van tekening, iets nieuws maken, lied leren, verhaal vertellen .....)?
- Hoe wil je je schat presenteren (oefenen)?
- Wat denk je dat anderen in de grote schatkist zullen stoppen?
- Bewaar je je schat als geheim of wil je het al eerder aan anderen vertellen?

Schatkist

Bijdrage maken voor grote schatkist en presentatie voorbereiden