

Nieuwsbrief Open de Poort januari 2025, nummer 14

*We wensen iedereen veel licht,
liefde
en gezondheid voor 2025!*



De sterrenhemel van Vincent van Gogh

Ursa Minor II

Onder het teken van de Kleine Beer
blijft niets meer in mijn leven bij het oude;
een sterrenhemel als ik nooit aanschouwde
ziet 's nachts uit alle eeuwen op mij neer.

De deuren sluiten amper van de koude,
de woning stelt zich krakende te weer,
maar ik vraag deze winternacht niet meer
dan alles als het nu is te behouden.

Een levenlang van lief en leed ten spijt,
besef ik dat ik altijd heb geweten
dat ik uitsluitend hierop heb gewacht.

Ik luister naar het ruisen van de tijd,
en hoor de grote sterren en planeten
bewegen door de ademloze nacht.

Jean Pierre Rawie

(Uit: We hebben alles nog tegoed, 2001)

2025

Een nieuw jaar. Met nieuwe mogelijkheden. Andere keuzes? Wat inspireert jou?

Waar vind jij positieve energie?

Soms is het goed om de wereld even te laten voor wat ie is. Kom bij Open de Poort lucht, licht en inspiratie halen. Laten we er met z'n allen een mooi, energiek en liefdevol jaar van maken!

UITGELICHT

Workshops

- Vanwege het slechte weer op 27 november moesten we een workshop annuleren. Deze avond met life-coach Jaap Bakkelo 'Kan en mag ik nog gelukkig zijn?' staat nu gepland voor maandag 27 januari, aanvang 19.30u. Graag aanmelden bij secretariaat@opendeport.nl
- Op 15 februari geeft Harm Jan Prins een dagworkshop Oerzang van 11.00-17.00u. Onze eigen pure stem is vaak bedekt door laagjes, remmen en patronen. Maak weer contact met je oorspronkelijke stem!
- Tussendoor worden er altijd nieuwe workshops op de website gezet.

Nieuwe cursussen in 2025

- Dick Lieftink start op woensdagavond 15 januari met een cursus 'Ontmoeting van Rust en Vrede', 7x. Er worden onder meer mantra's gezongen en wazifa oefeningen gedaan. En er is aandacht voor ademhaling en concentratie. Dick is verbonden als Representative aan de Innerlijke School van de Internationale Inayatiyya Orde voor Universeel Soefisme.
- 'Onderzoek je levensloop', een cursus van 12 x door Mariska Lunsing. Start op vrijdagmiddag 17 januari. Je leert jezelf beter kennen, krijgt helderheid waar je nu staat en hoe je verder wilt. Door beeldend te werken op het platte vlak. Je werkt onder meer met krijt, verf, kleurpotloden en oude tijdschriften.

Doorgaande cursussen in 2025

- Tai Chi voor beginners en gevorderden bij Jan Top
- Sacrale Dans bij Cobi Mennes
- Massagecursussen bij Emma Putman
- Zang en Sing Inn bij Lies van der Bij
- Zen-meditatie op vrijdag
- Flow Yoga bij Tollak Ollestad
- Yin Yoga bij Irene Broer

Kijk voor meer informatie op www.opendeport.nl

Met hartelijke groeten,

Kees van Vliet, Willem de Lange, Pablo ter Borg en Trijny Sants



Moesstraat 20 | 9717 JW Groningen | KvK 90373901
bestuur@opendeport.nl | | | | www.opendeport.nl