

# Vrije Mare

*"Vrij" omdat het verwijst naar 'vrijheid', naar 'ruimte geven', naar 'Vrije school' en "Mare" omdat het een vertrouwde term is vanuit het Kerstspel waarin de engel ons en de herders komt vertellen dat zij een 'Blijde Mare', een blijde boodschap heeft.*

## Voorwoord

*Pandemie en Pasen, twee woorden die in deze tijd onze realiteit vormen. We leven in een wereld waarin ons op dit moment beperkingen worden opgelegd: geen fysiek contact, afstand houden, opletten, isoleren bij risico, in je eigen bubbel blijven. Daarnaast bestaat de realiteit van je enorm verbonden weten met de mensheid en de natuur. Hoe houden wij ons staande in deze tijd? Palmpasen, Pasen en de net begonnen Lente nemen ons mee in de wereld van onvoorwaardelijke liefde, immense verbondenheid, transformatie, kiemkracht, verwondering en dankbaarheid.*

Ook de wereldfeesten, puttend uit eeuwenoude tradities vertellen het verhaal van transformatie, opnieuw beginnen, goed en kwaad, donker en licht en hoe wij ons als mensen daarin staande houden. Hoe kunnen we dat ervaren? Symbolen, muziek en rituelen kunnen daarbij helpen. Zij slaan als het ware een brug tussen de realiteit van veel niet mogen en de ruimte die we zelf nemen binnen wat wel mogelijk is. Verwondering en dankbaarheid zijn daarbij belangrijke pijlers. Kinderen leven ons dat elke dag voor als we erop letten. Aandacht voor de dingen en het wonder blijven zien en ervaren, kan ons helpen ook door deze tijd te komen.

Naast weer een kennismaking met een nieuwe collega zijn in deze Vrije Mare



daar talloze voorbeelden van te vinden, zoals het beleven van Palmpasen door de kleuters, de symboliek rondom de Paasviering, de beleving van de lenteboden, de gang door de geschiedenis van de 5e klassers en de verborgen Goddelijke Vonk in ons allen.

Een wereldberoemd lied van Mercedes Sosa, 'Gracias A La Vida' sluit deze editie af:

*'Dank aan het leven dat me zoveel heeft gegeven.  
Het heeft me een lach en een traan gegeven.  
Zo onderscheid ik geluk van verdriet,*

*de twee elementen die mijn lied vormen,  
en jullie lied dat eenzelfde lied is  
en het lied van allen, dat mijn eigen  
lied is...'*

Namens de redactie een Vrolijk Pasen en begin van de Lente gewenst!

HvM



**VRIJESCHOOL  
ALMERE**



## Palmpasen vieren in de kleuterklas

*'Juffie Esther, wat is Palmpasen eigenlijk voor een feest?', vroeg een kleuter aan mij. Ze wist wel van Pasen en de Paashaas en het zoeken van de eitjes. Maar Palmpasen? Dan gaan er als juf heel veel gedachten door je heen.*

Palmpasen staat voor veel mensen in de westerse christelijke gemeenschap voor de intocht van Jezus in Jerusalem waar hij met Palmtakken werd binnengehaald als de nieuwe koning...vandaar Palm in Palmpasen... maar dat vertel ik haar niet. Ik vertel haar ook niet over het vruchtbaarheidsfeest in andere culturen en tijden die hebben bijgedragen aan de Palmpasenseesten van nu. Ik wens dat deze kleuter en alle kleuters in alle vrijheid naar religie kunnen kijken als de tijd daar rijp voor is. Ik wens dat ze tegen die tijd luisteren naar alle wereldse verhalen en religieuze verhalen met een open blik en houding en hun eigen weg daarin kunnen vinden, als vrij mens met eigen keuzes... als de tijd daar rijp voor is.

Daarom vertel ik haar en alle andere kleuters over de komst van de lente. Koning winter is in de verhalen terug naar winterse streken. Vrouwtje dooi heeft alle sneeuw weggeveegd. Alleen

oompje rijp laat zich af en toe nog zien. Jan de wind is nog wel koud. We voelen aan onze koude handen, wangen en oren. En als we in onze handen wrijven en die dan op onze wangen leggen worden die weer lekker warm. Een glimlach ontstaat op de kleutergezichten. Tijdens onze wandelingen zien we de witte rijp op de oude blaadjes uit de herfst als prachtige glinsteringen in de zon. Vol verwondering kijken ze er samen naar. We voelen de warmte van de zon. We zien hoe de knoppen aan de bomen iedere week een beetje groter groeien en horen steeds meer vogels. We spelen in de klas na hoe de bloembolletjes hun kopjes boven de aarde steken en in de warmte van de zon prachtig gaan bloeien. Ze mogen kiezen welke bloem ze willen zijn en staan fier en trots naast hun vriendjes te bloeien. We luisteren naar verhalen van de eerste eitjes die de kippen weer leggen in de warmte van de lenteson. We zingen van '1 ei is geen ei twee ei is een half ei drie ei is een paasei...'

Ik vertel ze nog niet van de oorsprong van dit lied over één ei is nog niets: ieder mens heeft de andere nodig. 'Twee ei' is pas de helft van de mens; het zintuigelijke en lichamelijke deel. 'Drie ei' is de drie-eenheid van lichaam, ziel en geest. Ik vertel ze dat versierde Paaseitjes bijzondere eitjes zijn. Ik vertel ze over de warmte van de zon die helpt om langzaam alles te laten groeien en bloeien. De zon maken we van goud aan onze Palmpasestok. De stok van dood hout versieren we met lentegroen crêpepapier. Zo komt de tak tot leven, net als in de natuur. Het haantje op onze stok is in onze kleuterbelevingswereld niet een symbool voor het drie keer kraaien... maar van het haantje dat iedereen blij wakker maakt bij het ochtendgloren. Vrolijk heb ik louter kraaiende haantjes in de klas. Met Palmpasen vieren we de lente voluit! Dat is wat ik haar laat beleven.

Alles op zijn tijd.



## Palmpasentuintje met de levensboom

In de weken die voorafgaan aan het Palmpasenseest wordt naast de beleving in de klas een heel tijdspad uitgezet. Kleuters beleven de jaarfeesten door ernaartoe te leven. Samen voor te bereiden en na het hoogtepunt van het feest dit te verwerken en af te bouwen in spel en het opbergen van alle spullen in afwachting van volgend jaar. Hierin schuilt een belofte.

We beginnen al een aantal weken van tevoren met verhaaltjes, liedjes en met het zoeken van een Palmpasestok. Iedere dag werken we weer een beetje verder daaraan. De liedjes zingend en verhaaltjes luisterend die bijdragen aan de beleving. Zo wordt het feest helemaal van hen.





Een lange rij vrolijk zingende kinderen. Een nog frisse wind en daarbij een stralende zon in een intens blauwe lucht waar de pastelkleurige linten prachtig bewegen aan de Palmpasenstokken. Waar kleuters onderweg tijdens de lente optocht al genieten van de rozijntjes aan hun

stok door er alvast een paar vanaf te snoepen en menig broodhaantje al lekker wordt geproefd. De vrolijke gezichtjes en vooral dat heerlijke gevoel van wij vieren de lente samen met elkaar, geeft mij een intens gevoel van verbinding.

Ik denk terug aan het Sint Maartenfeest waar in onze optochten een voorzichtig lichtje brandde binnen in het lantaarntje en we dat lichtje mee naar binnen namen en het licht in onszelf en in onze huizen mocht groeien. Een tegenhanger van de beleving van nu waar we weer meer en meer naar buiten gaan. Dankbaar ben ik dat ik dit met de kleuters mag ervaren.

**Vrolijke lentegroet, juf Esther**





## Lentefeest in de Kleuterbouw: een impressie

**Liedje:**

*Ik weet dat de lente komt  
Ik weet het nu heel zeker  
Ik weet dat de lente komt  
Waarom, waarom, waarom?  
Wie heeft je dat verteld?  
Het krokusje, het krokusje \*  
Wie heeft je dat verteld?  
Het krokusje op het veld  
\*sneeuwkllokje, narcisje etc...*





## Pasen

*De natuur is ontwaakt, de nieuwe lente is gekomen. Dat geeft ons een groot vreugdegevoel. De planten groeien in het voorjaar tegen de zwaartekracht in. We krijgen zin om alles los te laten, vakantieplannen te maken, naar buiten te gaan en in de tuin te werken. Pasen valt midden in deze jonge lente.*

### Pasen als christelijk feest

Pasen is het feest van de opstanding van Christus na zijn kruisdood. Pasen vindt altijd plaats op de eerste zondag na volle maan in de lente. Bij de Stille Week tussen Palmпасen en Pasen gaat het om de herdenking van alle gebeurtenissen die de kern van het christelijk geloof uitmaken. Daarom wordt Pasen met de voorbereidende dagen als het belangrijkste liturgische hoogfeest in het Christendom beschouwd, al wordt Kerstmis op veel plaatsen uitbundiger gevierd. In katholieke landen is het speciale karakter van de paasviering vaak nog prominent aanwezig. Denk bijvoorbeeld aan de processies tijdens de Semana Santa in Andalusië, Zuid-Spanje.

### Pasen als feest van de ontluikende natuur

In voor-Christelijke tijden leefden

de mensen met de kringloop van de seizoenen. In de lente werden natuurfeesten gevierd ter ere van de levenskrachten die mensen in de natuur voelden ontwaken, na de dorre periode van de wintertijd. Het ontluikende leven in de lente laat de overwinning op de dood zien.

Met kleine kinderen beleef je rond Pasen het ontwaken van de natuur, het nieuwe leven, dat gevoelens van hoop en verwachting opwekt. De passietijd en lijdensweek hebben voor hen nog geen betekenis, maar de symbolen van de ontluikende natuur, het paasei, de paashaas en de paastuin wel. Vanuit het antroposofische gedachtegoed past het om kinderen rond de leeftijd van 13 of 14 jaar pas over het lijdensverhaal te vertellen. Daarvóór



vertellen we eerder verhalen, legenden en sprookjes met het motief van de overwinning op de dood.

### Waarom we met Pasen eieren versieren - Een oude Perzische legende over paaseieren

#### Een bijdrage van juf Anouk

Eieren spelen rond Pasen elk jaar weer een belangrijke rol. Waarom eigenlijk? Om antwoord te krijgen moeten we ver terug in de tijd. Naar de tijd van Zarathustra. Een wijze Pers, die in de zevende eeuw voor Christus leefde. Volgens de leer van Zarathustra, werd de aarde geschapen door een grote geest uit wie alle licht voortkwam. Uit dat licht ontstonden vervolgens twee broers: Ahura Mazda (het licht) en Ahriman (de duisternis). Ahriman kon zijn broer niet uitstaan, was jaloeus op zijn licht, zat hem constant dwars en werd daarom door de grote geest veroordeeld om drieduizend jaar lang in de diepste duisternis te leven. Toen die drieduizend jaren eenmaal om waren, schiep Ahriman een groot aantal boze geesten. Die geesten kregen de opdracht te vechten tegen alle goede geesten van Ahura Mazda. Als antwoord op deze actie van Ahriman maakte Ahura Mazda een ei. Dat ei vulde hij met goede geesten. Ahriman deed vervolgens hetzelfde. Ook hij maakte een ei, wat hij vervolgens met kwade geesten vulde. Beide eieren braken, zo konden zowel de goede als kwade geesten zich over de aarde verspreiden.

Ter herinnering aan dit feit vieren de oude Perzen nog steeds, omstreeks maart, hun eierenfeest. Ze geven elkaar gekleurde en versierde eieren, soms doosjes in de vorm van eieren, volgestopt met allerlei verrassingen voor hun vrienden of plagerijtjes voor hun vijanden.

Laten we ook dit jaar eieren versieren. Voor onszelf, voor elkaar, voor de goede en kwade geesten. Want ook



anno 2021 is de strijd tussen goede en kwade geesten nog voelbaar. En gelukkig maar. Want zonder de duistere kant van Ahriman zou het licht van Ahura Mazda niet zo mooi stralen! Namens de jaarfeestengroep wensen we iedereen een licht en vrolijk Pasen!

### Wereld feestdagen die met het begin van de lente te maken hebben

- **Holi** op maandag 29 maart  
Het Holi-feest is een lente-, nieuwjaars-, en overwinningfeest.

Het nieuwjaar van de hindoes valt gewoonlijk in de maand maart (Chaitra).

- **Noroëz** (Perzisch Nieuwjaar)
- **Hanami Matsuri** (Kersenbloesemfeest)
- **Poerim** (Lottenfeest)
- **Shunbun no hi** (Lentenachtevening) - Japan
- **Oogstfeest** (Seú) - Curaçao

### Andere wereldfeesten zijn

**Pesach** - Jodendom van zondag 28 maart t/m zondag 4 april 2021

**Ramadan** - Islam van dinsdag 13 april t/m woensdag 12 mei 2021

**Hindoe Nieuwjaar** - Hindoeïsme 12 april 2021



# Door de geschiedenis met klas 5



Ik zie rond in de wereld,  
waarin de zon haar licht zendt,  
waarin de sterren fonkelen,  
waarin de stenen rusten,  
de planten levend groeien,  
de dieren voelend leven,  
waarin de mens, bezielde,  
de geest een woning geeft;  
ik schouw diep in de ziel,  
die binnen in mij leeft.

## Een bijdrage van meester Leander

*Hoe zorgen we ervoor dat geschiedenis bij de leerlingen gaat leven?*

Als je er eens goed over nadent is het eigenlijk wel heel erg veel. In klas 5 behandelen we maar liefst vijf cultuurperiodes, zes als je de legendes van Atlantis meetelt. Het zijn ook niet de minste! Alle

grootmachten van het bronstijdperk komen aan bod: India, Perzië, Mesopotamië, Egypte en Griekenland.

Allen kenden hun opkomst duizenden jaren voor Christus en hebben verbluffende technieken ontwikkeld waar wij moderne mensen nu nog de vruchten van plukken.

De laatst behandelde periode, Griekenland, zet zich voort tot de veroveringen van Alexander de Grote en slaat daarmee de brug naar de Romeinen van de zesde klas.

Als docent moet je altijd keuzes maken in wat je wel en niet kan behandelen, en hier helemaal!

Je kan alles maar een beetje aanstippen en dan wil je wel de essentie van iedere cultuur raken. We kiezen er in de vrijeschool voor om de mythologieën van iedere periode te behandelen zodat we de

belevingswereld van de mensen uit die tijd aan de kinderen kunnen overbrengen.

Mythologieën en verhalen zeggen veel over welke waarden mensen op elkaar over wilden brengen. Ze vertellen ons waar ze bang voor waren. Wat als goed, en wat als kwaad werd beschouwd en verheven de mensheid als geheel. Als we in de klas de periodes behandelen, dan zijn de aanvliegroutes legio.

Ik heb de kinderen in de eerste periode laten samenvatten, zodat ze leerden wat de kern van een verhaal is. Wat is belangrijk om op te schrijven? En wat heeft meester slechts verteld als illustratie van een punt? Nu in de tweede periode gaan we een stapje verder en draaien we de didactische driehoek om. De kinderen krijgen meer en meer de beschikking over de informatie in de vorm van bronnen en

mogen zelf aan de hand van vragen die ze hebben over de cultuurperiodes op onderzoek uit. Het is daarbij zaak dat ze dit vervolgens zo weten te presenteren dat hun klasgenoten er ook de vruchten van kunnen plukken. De kunsten: tekenen, vormtekenen, schilderen, boetseren en in ons geval ook toneel, zorgen ervoor dat het geleerde nog beter beklijft.

Dit jaar spelen we met beide 5e klassen het toneelstuk "Aristoteles vertelt".

In het stuk bespreekt de wijze Aristoteles met zijn Macedonische leerlingen, waaronder Alexander de Grote, de grote culturen die ook in de geschiedenisperiodes van de 5e klas voorkomen.

Dit zijn, niet geheel toevallig, ook de rijken die Alexander later op zijn veldtochten zal onderwerpen. Vanwege de welbekende maatregelen



is het niet toegankelijk voor het publiek en zullen we het opnemen. De grootste schat van het toneelstuk is echter niet de opvoering zelf, maar de weg er naartoe. Je gaat pas echt begrijpen hoe de mensen in Babylonië denken, als je er eentje moet spelen.

Je ervaart het gevoel voor tragedie dat de Grieken hebben, als je Orpheus en Eurydice mag opvoeren.

Deze verdieping in de geschiedenis is meer waard dan duizend geschreven woorden.



VROLIJK  
PASEN!



## Interview met Chantal Overstegen, onderwijsondersteuner in de Kleuterbouw

*Ook aan Chantal vroegen we antwoord te geven op de drie vragen die in sprookjes worden gesteld aan de held als hij op pad gaat om z'n opdracht te vervullen: Wie ben je? Waar kom je vandaan? En Waar ga je naar toe?*

### Wie ben je?

Mijn naam is Chantal Overstegen-Grift. Ik ben 38 jaar oud, bijna 10 jaar getrouwd met mijn steun en toeverlaat Michel en moeder van 2 geweldige meiden, Emily van 9 en Abygail van 6. Beide zitten bij ons op de Vrijeschool.

Ik ben de onderwijsassistente in opleiding op de locatie Danslaan. Hier ondersteun ik op het moment vooral in de klassen, help en kijk ik mee en werk ik met groepjes kinderen die extra ondersteuning nodig hebben. Elke maandag bouw ik een parcours op wat de juffies dan met hun eigen klas met de kinderen kunnen doen.

### Waar kom je vandaan?

Ik ben geboren in Baarn en op mijn tiende naar Almere verhuisd. Daar ging een wereld voor mij open, na een lastige periode in Baarn waar ik veel gepest werd, was dat in Almere over en kon ik hier een fijn leven gaan opbouwen.

Na het behalen van mijn vo diploma ben ik de opleiding schoonheidsverzorging en pedicure gaan volgen bij het ROC in Amsterdam, wat ik met succes heb afgerond. Nadat ik vervolgens 3 jaar ervaring op had gedaan in een salon heb ik de stap gezet om voor mezelf te beginnen. Mijn eigen salon heb ik 10 jaar met veel plezier gehad maar met een gezin ernaast werd dat in de loop der jaren steeds moeilijker te combineren. Toen ik tenslotte bij een grote salon in Almere was gaan werken kwam steeds vaker de vraag bij mezelf terug: zit ik



nog wel op mijn plek in dit vak? Als gevoelsmens wat ik ben, zeker, maar de druk van tijd en verkopen en targets ging mij steeds meer tegenstaan.

In de tussentijd was ik als ouder erg betrokken bij de school. Ik hielp veel in de klas en wandelde een paar keer per week met Juf Evelien mee waar ik een fijne band mee opbouwde. Zij was ook degene die aan mij vroeg: 'Waarom kom je niet op school werken?'

In eerste instantie zei ik, 'nee joh dat kan ik helemaal niet, hahaha' maar het bleef in mijn hoofd zitten en ik begon steeds meer te merken hoeveel ik genoot van het helpen op school en met de kinderen bezig zijn. Toen heb ik de stoute schoenen aangetrokken en ben ik een oriënterend gesprek met de schoolleiding aangegaan. Tijdens het gesprek werden we zo enthousiast dat we zeiden, dit moeten we gaan proberen of er mogelijkheid voor is om te gaan omscholen.

Daarna is het balletje gaan rollen en heb ik mij ingeschreven voor een hele nieuwe opleiding die afgelopen januari voor het eerst van start is gegaan: onderwijsassistente voor de vrije school.

### Waar ga je naartoe?

De komende 2 jaar ben ik met mijn opleiding bezig en ben ik werkend aan

het leren. Ik ben heerlijk 3 dagen in de week op de Danslaan met de kinderen en de juffies daar aan het werk. In de opleiding is veel aandacht voor de antroposofische achtergrond en daar verdiepen we ons dan ook extra in.

Daardoor sluit deze opleiding volledig aan bij de school.

Over 2 jaar heb ik mijn opleiding afgerond en ben ik onderwijsassistente met een antroposofische achtergrond. Superleuk om op deze manier te werken, ik ga 1 dag in de week naar school en wat wij daar leren nemen we direct mee de praktijk in, wat heel erg fijn is.

Na mijn opleiding blijf ik natuurlijk werkzaam als onderwijsassistente op Vrijeschool Almere, iets wat ik nog vele jaren hoop te kunnen blijven doen. Ik hou ervan om met kleine groepjes kinderen of 1 op 1 te werken. Het is echt mijn intentie om als onderwijsassistente te blijven werken en niet voor de klas te komen te staan. Ik voel me op onze school heel erg op mijn plek en geniet enorm van de kinderen die mij in zo'n korte tijd al zo'n onvoorwaardelijk vertrouwen hebben gegeven. Net zoals de juffies die mij vol vertrouwen omarmd hebben op de Danslaan.

Dat voelt echt als thuis komen!

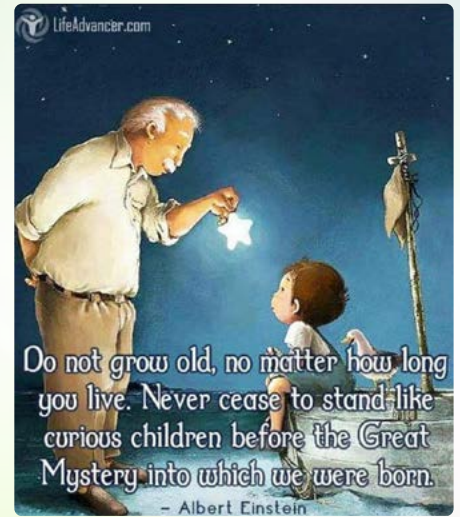


## Fenomenologie

*De waarnemingen van iedereen zijn anders, omdat ze worden bepaald door de persoonlijke interesse en begrippen die iemand heeft gevormd. Het gevolg hiervan is dat iedereen de omgeving anders waarneemt en logischerwijze dus in een andere wereld leeft, namelijk in een wereld die wordt bepaald door de interesse die hij heeft en de begrippen die hij kent en die hij zelf heeft gevuld met waarnemingen.*

Plof! Opmerkelijk door dit geluid keek ik naar de bloemenvaas die op tafel stond. Naast de bloemenvaas lag de bloem van een roos die

in z'n geheel van de steel was gevallen als een prachtig geheel van opgevouwen, roze blaadjes. Ik keek er in verwondering naar. En keek toen nog nauwkeuriger. Wat een delicaat bouwwerk! Ik realiseerde me dat dit allemaal verborgen had gezeten in de knop. Nee, eigenlijk eerst in de steel of eigenlijk daarvoor al: in het zaadje. Ik keek nog eens naar de afgevallen rozenbloem op tafel en nam het voorzichtig in m'n handen. De blaadjes vouwden zich nog meer open; hoeveel waren het er wel niet? En wat een prachtige structuur was waarneembaar. Een grote



verwondering en dankbaarheid voor dit stukje schepping kwam in me op. En dit was nog maar één bloem!

Wat valt er veel te verwonderen en in dankbaarheid te ervaren. Ook in corona tijd. Ook in een lockdown. Ook nu komt het gedichtje weer in me op 'dat er een lied slaapt in alle dingen en dat het aan ons is, waar dan ook, om het lied in de dingen te laten zingen...' Soms komt het zomaar, door een 'plof'.

HvM





## Venster op de Wereld

### Een Scheppingsverhaal van de Hopi Indianen in Arizona, USA

~ De Schepper zei: "Ik wil een Goddelijke Vonk verbergen voor de mensen totdat zij er rijp voor zijn. Deze Goddelijke Vonk wil hen het besef geven dat zij hun eigen realiteit kunnen scheppen."

De adelaar zei: "Geef het aan mij. Ik zal het op de maan bewaren."

De Schepper zei: "Nee. Op een dag gaan ze daarnaartoe en vinden het."

De zalm zei: "Geef het aan mij. Ik zal het verbergen op de bodem van de oceaan."



Kunstenaar: Vasil Woodland

De Schepper zei: "Nee. Daar zullen ze ook naar toe gaan."

De buffel zei: "Ik zal het verbergen op de grote prairies."

Maar de Schepper zei: "Ze zullen de aarde openbreken endaar ook doordringen."

Toen zei Grootmoeder die aan de borst van Moeder Aarde leeft en geen menselijke ogen maar spirituele ogen heeft: "Verstop het binnenin de mensen zelf..."

En de Schepper zei: "Zo zal het zijn."



# Gracias A La Vida / Ode Aan Het Leven

(47) Mercedes Sosa - Gracias a la vida (en vivo) - YouTube

Tekst : Violetta Parsa  
Zang: Mercedes Sosa

*Dank aan het leven dat me zoveel heeft gegeven.  
Het gaf me twee ogen, die, als ik ze open,  
perfect het zwart van het wit onderscheiden  
en in de hoge hemel, de met sterren bezaaide diepte  
en in de menigte de man van wie ik houd.*

*Dank aan het leven dat me zoveel heeft gegeven.  
Het heeft me gehoor gegeven dat in zijn volle bereik,  
de nacht en de dag, krekels en kanaries  
hamers, turbines, geblaf en regenbuien opvangt,  
en de zo tedere stem van mijn geliefde.*

*Dank aan het leven dat me zoveel heeft gegeven.  
Het heeft me geluid en het alfabet gegeven;  
daarmee de woorden die ik denk en spreek:  
moeder, vriend, broer en licht dat de weg verlicht  
naar de ziel van degene die ik liefheb.*

*Dank aan het leven dat me zoveel heeft gegeven.  
Het heeft vaart aan mijn vermoeide voeten gegeven ;  
met hen liep ik door steden en plassen,  
stranden en woestijnen, bergen en vlakten,  
en door jouw huis, jouw straat en jouw tuin.*

*Dank aan het leven dat me zoveel heeft gegeven.  
Het heeft me een hart gegeven dat heftig slaat  
als ik de vrucht van het menselijk verstand zie,  
als ik het goede zo ver van het kwade zie,*

*als ik in de diepte van jouw heldere ogen kijk.*

*Dank aan het leven dat me zoveel heeft gegeven.  
Het heeft me de lach en de traan gegeven.  
Zo onderscheid ik geluk van verdriet,  
de twee elementen die mijn lied vormen,  
en jullie lied, dat eenzelfde lied is,  
en het lied van allen, dat mijn eigen lied is.*

**Dank aan het leven.**



Gracias A La Vida



**Redactie:**

Guido van der Vorst  
Helga van Muijen

[vrijemare@vrijeschool-almere.nl](mailto:vrijemare@vrijeschool-almere.nl)