



Uit het dorpje Oberufer

Het kerstspel: van generatie op generatie doorgegeven

Het kerstspel dat vandaag wordt gespeeld in de Almeerse schouwburg, wordt al meer dan honderd jaar op vrijwel dezelfde manier op alle vrijescholen gespeeld. Wist je dat delen van het toneelstuk meer dan 500 jaar oud zijn?

De tekst van de wisselzang tussen Jozef en Maria, hiernaast afgedrukt, is een van oudste delen. Het stamt uit de 14de eeuw. Sommige stukken gaan zelfs terug op Latijnse hymnes uit de 12de eeuw, zoals het tweede lied dat zo begint: 'Toen het woord wierd vervuld, zo God verkondigd had, kwam daar een engel snel, van name Gabriël.'

Het kerstspel op de vrijeschool hebben we voor een groot deel te danken aan de Duitse taalwetenschapper Karl Julius Schröer. Hij werkte in de 19de eeuw onder andere in Bratislava, en daar komt ook dit kerstspel vandaan. Om precies te zijn uit het dorpje Oberufer, een enclave bewoond door nazaten van Duitse boeren. Er werd een Duits dialect gesproken, terwijl in de omgeving Hongaars de voertaal was.

De taalwetenschapper zag halverwege de negentiende eeuw twee keer een uitvoering van het toneelstuk en ontdekte dat de boeren uit het dorp dit al drie eeuwen opvoerden. Vermoedelijk komt het stuk dus uit de zestiende eeuw. Oorspronkelijk werd in oktober, wanneer de oogst binnen was, met het instuderen begonnen. Alleen mannen en jongens deden mee. De rollen van de engel en Maria werden gespeeld door jongens die nog niet aan hun stemwisseling toe waren. Op de dag van de opvoering trokken de spelers (de kompanij) in burger door het dorp. De engel, die wel al verkleed was, liep voorop. Het spel begon rond een uur of drie 's middags in de herberg. Achtereenvolgens speelden ze het kerst- en driekoningenspel, het paradijsspel en een klucht.

De traditie werd telkens van generatie op generatie doorgegeven, maar een echte gedrukte uitgave bestond er niet. Wel waren enkele liederen verschenen in een liedbundel uit 1544. Schröer besloot de tekst op schrift te zetten en publiceerde het toneelstuk in 1858.

Veel later, rond 1880, werkte Schröer als professor in Wenen en daar kwam de nog jonge Rudolf Steiner als student bij hem op bezoek. Steiner heeft ooit geschreven hoe de taalwetenschapper vol vuur raakte als hij over de spelen vertelde. Ook op Steiner maakten de verhalen grote indruk. Vanaf de stichting van de eerste vrijeschool in Stuttgart in 1919 werd het elk jaar voor de leerlingen opgevoerd. Steiner zelf heeft het stuk in Dornach negen keer geregisseerd. De Nederlandse tekst danken we aan Sanne Bruinier, zij vertaalde het stuk tussen 1923 en 1927. Wat opvalt is de ouderwetse, ietwat 16de eeuws aandoende spelling.

Voor de boerenbevolking was het kerstspel overigens een grootse gebeurtenis. De notabelen van het dorp waren minder blij met deze (volkse) traditie. In de tekst van de Sterrenzanger, en vooral de reactie daarop door de kompanij, is een toespel hierop gemaakt. En zo is er nog veel meer te vertellen over dit bijzondere kerstspel.



Lees verder op pagina 3 voor de wisselzang tussen Jozef en Maria

María en Jozef

**Ach Jozef mijn, hoe ontrouw
kan de wereld zijn!**

**Met schande boven maten
ons in dien stalle te laten.**

O Jozef mijn;

o Jozef mijn!

**Een handeken hoois reik, Jozef, mij,
dat ik het kind een beddeken spreij.**

**Mijn hert en wil, mijn gans gemoed
staan al naar u mijn zone goed.**

O Jozef mijn,

wiegter met mijn het kindekijn:

God zal temet uw vergelder zijn.

O Jozef mijn, o Jozef mijn.

Zo geern, zo geern, goe Mario,

staan ik u bij, het zij alzo,

ik wil wel wiegen dat kindekijn:

God zal temet vergelder zijn,

Mario, Mario!

O Jozef, Maria's engelijn

nu is aldra, zingt gloria,

de minne daar binnen getogen

wijl wij gewinnen mogen

het kindekijn,

o Jezulijn.

In deze kersteditie wil ik mijn dankbaarheid tonen aan het team van de Vrijeschool Almere. Ik zet ze in deze column in het licht. Hun eigen licht!

Het afgelopen jaar hebben we met elkaar mooie stappen gezet. Ik heb gezien hoe leerkrachten bij elkaar op lesbezoek zijn gegaan. Er zijn voorbeeldlessen gegeven en nabesproken. Telkens weer zag ik de bereidheid om naar elkaar te luisteren en van elkaar te leren. Soms betekende dit dat de eigen concepten en denkbeelden even losgelaten moesten worden. Dat is niet makkelijk. We weten allemaal dat het reflecteren op het eigen handelen, of dit nu in het privéleven is of op het werk, niet eenvoudig is. Het vergt moed om je kwetsbaar en beweeglijk op te stellen.

Mooi is het om te zien hoe het vuurtje in de leerkracht kan gaan branden. Dat geeft ongelooflijk veel glans aan onze dagelijkse activiteiten. Dat weerspiegelt in de fonkeling in de ogen van de kinderen!

Rudolf Steiner zei honderd jaar geleden dat opvoeders het venster op de wereld zijn voor de toekomstige generatie. Met andere woorden: kinderen leren de wereld kennen door de ogen van de leraar of de opvoeder.

Het team van de Vrijeschool Almere verdiept deze opdracht in de pedagogische vergaderingen. We bespreken het effect van ons onderwijsaanbod en ons handelen op de kinderen. De belangrijkste vragen zijn: 'Wat brengt het de kinderen?', 'is het waar en waarachtig?' en 'hoe kunnen kinderen zichzelf met deze leerstof ontwikkelen?'

Het leerkrachtencollege bereidt het periodeonderwijs en de vaklessen (samen) voor vanuit deze vragen en afspraken. Daarna stemt elke leerkracht het aanbod af op de leeftijdsfase, de eigen klas en de individuele leerlingen. Al met al een grote opdracht die leerkrachten uitnodigt om voorbij de impuls van het denken te denken, voorbij de emoties in het gevoelsgebied te voelen en voorbij de instincten van de wil te zoeken naar wat kinderen van hen vragen.

Iedere leerkracht neemt de inzichten mee naar de geestelijke wereld, om zich als pedagoog en als mens verder te ontwikkelen. Dat geeft het leven en het lesgeven glans. Het effect is dat kinderen door dit voorbeeld hun eigen raadsels in de ogen gaan kijken, zich als mens durven ontwikkelen en hun eigen licht kunnen laten stralen.

Elke medewerker op de Vrijeschool Almere voelt een innerlijk verlangen en het voorrecht om als opvoeder een waarachtig en moedig venster op de wereld te bieden. Op de inauguratie van Nelson Mandela werden de woorden van Marianne Williamson (Return to love, 1994) uitgesproken: 'Als wij als mens ons licht laten schijnen, scheidt dat voor de ander de mogelijkheid hetzelfde te doen!'

Moge de leerkrachten u allen inspireren, zoals zij mij inspireren!

De Vrijeschool Almere wenst u een stralend kerstfeest en een inspirerend nieuwjaar.

Marianne van der Stok
directeur Vrijeschool Almere

De twaalf heilige nachten

Kerstmis valt samen met de winterzonnewende, net zoals Sint-Jan samenvalt met de zomerzonnewende. In deze langste nacht is Kerstmis de belofte dat het weer lichter zal gaan worden.

In de donkerste nacht wordt het licht opnieuw geboren. Je kunt het zien als een symbool van hoe wij als mensen, wanneer het duister op zijn sterkt is, toch in staat zijn om diep in onszelf weer ruimte te maken voor het licht. Na kerstnacht, volgen 'twaalf heilige nachten'. De eerste zeven heilige nachten tot 31 december kunnen gezien worden als de periode van het afsluiten en afronden. Dan volgen de vijf heilige nachten die meer gericht zijn op het nieuwe, op dat wat nog komen gaat. Jaap Volgt verwoordt het mooi in zijn boek *Leven en werken met het ritme van de seizoenen*:

'De winter is de nacht van het jaar. De aarde is schijnbaar slapend en de slaap is te zien als de kleine dood. Krachten van vernieuwing en zuivering zijn op een autonome manier aan het werk.'

De kracht van de winter zit vol paradoxen. Er is een nieuw leven gehuld in de dood. Er is snelle groei gehuld in rust. Het is de ijskoningin met een warm hart. De kracht van het nieuwe leven begint te kloppen in een ogenschijnlijk rottend zaadje.

Uiterlijk is er rust, innerlijk is er groei. Maar wanneer het lichaam wat langzamer beweegt, wordt de geest gezuiverd en keren de gedachten van het aardse naar het geestelijke.'

Op 6 januari volgt Driekoningen. Het is ook de dag waarop Johannes de Doper Jezus in de Jordaan doopte. De 'geboortedag' van Christus, noemt Fred Tak dit in zijn jaarfeestenboek uit 2000, waarin hij aandacht schenkt aan de verschillen tussen de twee Jezuskinderen: uit het evangelie van Lucas en uit Mattheüs. Tussen beide verhalen vormt zich een 'hemels licht, verlopend naar aardse wijsheid'.



Door Suzanne en Dagmar Het spel van Sinterklaas, Maria en de sterrenkinderen



In een periode die vol is van verwachting, blijdschap, vrolijkheid en gezelligheid, was op 5 december ook sprake van een andere beleving, schrijven Suzanne en Dagmar van klas 3a. Het verhaal van de sterrenkinderen.

Met het spel van Sinterklaas, Maria en de sterrenkinderen krijgen de kinderen bij ons op school een prachtig en hartverwarmend beeld mee van Sint-Nicolaas. In alle drukte en hectiek van deze periode, maakt dit haast verstilde beeld diepe indruk op iedereen die dit mag aanschouwen.

Dit jaar was het voor onze klas extra speciaal want de derde klas mag jaarlijks het Sinterklaas spel spelen en nu was het dus onze beurt. Bij de start van de adventsperiode kwam Petra als Maria in onze klas het verhaal van de sterrenkinderen vertellen:

Maria is in de hemel en verzamelt daar bij de sterrenkinderen sterrenstof waarmee ze een kleed wil weven voor het Jezuskind. Alleen ontbreekt dat wat er in de kinderharten zit nog aan dit kleed; liefde en dankbaarheid.

Sint-Nicolaas is ook in de hemel en daalt elk jaar op 5 december neer op aarde om de kinderen geschenken te brengen. Hij wil Maria helpen en zal de liefde en dankbaarheid die hij van de kinderen krijgt mee terug nemen voor het kleed. De sterrenkinderen zullen Sint-Nicolaas, samen met de zon en de maan, helpen om die gaven van de aarde naar de hemel te brengen.

De foto's die gemaakt zijn van dit spel, spreken denk ik voor zich. Zo mooi, vol overgave en met diep ontzag speelden 'onze' kinderen tweemaal de sterren van de hemel. Eén keer op de Danslaan en daarna op de Lierstraat.

Een dier in plaats van een naam op het lootje

Het sinterklaasfeest in klas 4a was een bijzondere dag. Dit jaar heeft de 4de klas voor het eerst lootjes getrokken en eigen surprises gemaakt. Juf Jacqueline vertelt erover.

4A had de opdracht als eerste hun eigen favoriete dier op te schrijven. Juf heeft daarvoor gekozen, aangezien in deze adventsperiode klas 4A ook dierkunde in het periodeonderwijs wordt gegeven. Dus dit is een mooi thema voor de surprises. Van die briefjes, daar heeft juf lootjes van gemaakt. De volgende dag hebben de kinderen een lootje mogen trekken.

Het enige wat ze wisten is, welk dier ze hadden getrokken. Nu begon de echte voorpret. Je maakt een surprise en een gedicht over en/of met het dier op je lootje. Er is bijzonder hard gewerkt. De kinderen uit de 4de klas waren heel erg trots op hun surprises. Maar de ontvangers waren zo mogelijk nog meer trots om de surprise in ontvangst te nemen. En de oh's en ah's klonken regelmatig van verwondering. Aan het einde van de dag, voordat ook wij bezoek kregen van de goedheiligman, mochten de kinderen raden van wie ze de mooie surprise hadden gekregen, wie de maker was. Het laatste uurtje hebben de kinderen samen spelletjes gedaan, in een bijzonder gezellige sfeer.

Kleuterklas 2B

Bijen in de zomer schenken ons een kaarsje in de winter



Koekje van eigen deeg

Op de Monteverdi is de derde klas bezig geweest met de boerderijperiode. Door aandacht te besteden aan waar ons het vandaan komt, hoe het bewerkt is en door welke handen, ontstaat eerbied voor ons voedsel. Juf Floor vertelt erover.



Ons brood wordt in de ochtend door papa of mama gesmeerd en in de tassen meegegeven. En daarvoor? We leerden over de boer die het land bewerkt door het te ploegen en te eggen, zodat hij daarna het graan kan zaaien. Als het graan geoogst is gaat het naar de molenaar en wordt het tot meel gemalen. Daarna gaat het meel naar de bakker, die het middels een recept omtovert tot brood, koek of gebak. Ook in de klas hebben wij deze stappen doorlopen: we hebben soorten granen bestudeerd, soorten brood geproefd, ons eigen meel gemalen in een koffiemolen, om uiteindelijk van ons eigen meel koekjes te bakken!



Als voorbereiding op het kerstfeest hebben we met de kleuters onze kaarsjes van bijenwas getrokken. Traditie is dat begin december meneer Roger met zijn grote pannen op school komt om dit met ons te doen. De kinderen mogen hun lont zelf onderdompelen in de grote pan met bijenwas. Na dit een tiental keren gedaan te hebben, kan je het een kaarsje noemen. Ondertussen zingen we van: 'Oh dennenboom, wat zijn je takken wonderschoon' en zien we ons kaarsje groeien. Ook hebben de kinderen met veel aandacht een standaardje van klei geboetseerd en versierd.

Met kerst zal ik het verhaal vertellen van Ottie, een jongen die droomt dat hij bij de dwergen op bezoek is. Hij treedt binnen door een deurtje tussen de wortels van een reusachtige sparrenboom en ziet daar een prachtig verlichte kerstboom met echte kaarsjes branden. De dwergen leggen hem uit dat de kaarsjes van bijenwas zijn en dus met hulp van de bijen zijn gemaakt:

"Zomers als de zon warm schijnt en haar gouden stralen zendt naar de planten en de bloemen, zoemen en werken de bijen zo ijverig. Zij kruipen in elk bloempje en nemen het goudgele stuifmeel mee. Dat heeft elke bloempje van de gouden zonnestrallen gekregen. Het is dus eigenlijk het gouden zonlicht zelf, dat het bijtje naar zijn bijenkorf brengt. Van het stuifmeel maakt hij de gouden was en bouwt daar mee zijn kamertjes. In deze kamertjes bewaart het bijtje de goudgele honing. Dat is hun voedsel voor de lange, donkere winter. Wij dwergen krijgen elk jaar van die heerlijke, geurige was en daarvan maken wij onze kaarsjes. Als wij nu in de koude wintertijd naar de kaarsvlammetjes kijken en ons warmen, dan denken wij terug aan al het stralende, warme zonlicht van de zomer en zijn de bijen dankbaar voor hun gave."

Wellicht zien de kinderen, als zij hun kaarsje branden en hun ogen een klein beetje dichtknijpen, iets terug van het zonlicht in het vlammetje...

Meetkunde in klas 6B

Toveren met passer en liniaal

Meetkunde in klas 6B

Toveren met passer en liniaal

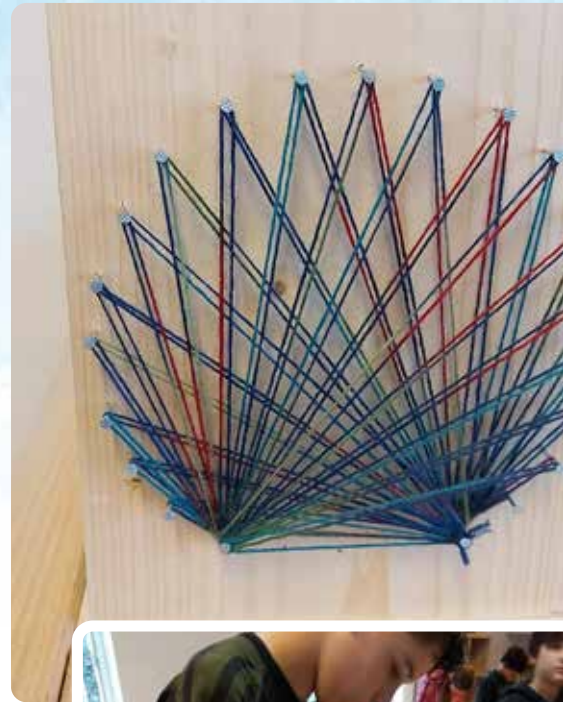
Hoe ziet de periode meetkunde eruit op de Vrijeschool Almere? De zesdeklassers op de Monteverdi hebben de afgelopen vier weken met grote toewijding gewerkt aan allerlei meetkundige figuren. "De toewijding voor deze periode van de kinderen was heel speciaal." Juf Mireille vertelt je er alles over.

De meetkundeperiode past heel goed in deze tijd van het jaar. De tijd dat wij verstillen en meer naar binnen keren, hoort ook echt bij meetkunde. De kinderen gaan helemaal in hun werk op en werken geconcentreerd aan het creëren van alle meetkundige figuren. Zij zijn echt aan het genieten van het creëren van alle mooi figuren en gaan volledig op in het kleuren als de figuur op het papier ontstaan is.

Met behulp van een passer en een liniaal hebben ze de wereld van de meetkunde ontdekt. Ze hebben geleerd dat je vanuit de cirkel allerlei figuren kan laten ontstaan, zoals de driehoek, vierhoek, vijfhoek en de zeshoek. Ook hebben zij geleerd dat je zonder te meten toch gelijke stukken af kan passen op de cirkelrand. De mooiste figuren zoals bloemen, sterren, driehoeken werden tevoorschijn getoverd met alleen een passer en een liniaal. In deze periode lag het accent vooral op het tekenen; het ontdekken en voortzetten van patronen, onderzoeken van lijnstukken, middelloodlijn,

snijpunten, verschillende vormen (cirkel, vierhoeken, driehoeken) en welke soorten hoeken er zijn. Het allerbelangrijkst was dat de kinderen gestimuleerd werden om zo nauwkeurig en exact mogelijk te werken met diverse tekentechnieken. Voor sommige kinderen best een moeilijke opgave om zo te moeten tekenen, voor anderen was het heel fijn om met iets nieuws, serieus aan de slag te gaan op het gebied dat vooral de logica, ruimtelijk inzicht en een wetmatige benadering aanspreekt.

De kinderen hebben hele mooie periodeschriften gemaakt, vol met allerlei stappenplannen en tekeningen. Het zijn echt pareltjes om te zien. De toewijding voor deze periode van de kinderen was heel speciaal. Op donderdag 15 december hebben wij nog een workshop spijkertekeningen gekregen, waarbij de kinderen een van de meetkundige figuren mochten kiezen en deze werd op een plankje getekend. Op de lijnen van de tekening zijn spijkertjes ingeslagen. Door de spijkertjes met draad te verbinden hebben zij zo een eigen schilderij gemaakt van hun eigen meetkundige figuur. Om de periode af te sluiten hebben de kinderen nog een figuur als transparant uitgewerkt.



Blogestafette

"Ik stapte het gebouw aan de Lierstraat binnen en was meteen verliefd"

Waarom kiezen ouders voor een vrijeschool? Wat krijg je als ouder allemaal mee van de antroposofie? Iedere maand laten we een ouder aan het woord in deze blogestafette. Lindy Hartman uit de vorige Vrije Mare heeft het stokje doorgegeven aan Roos Tesselaar. Roos is getrouwd met Jasper van Es en trotse moeder van Saul (15), Elia (13) en Gabriël (6, klas 1, locatie: Monteverdi).

Terwijl ik dit schrijf, zetten Jasper en Gabriël de kerstboom op: een bezemsteel met plankjes als takken. Jasper heeft 'm met veel plezier en resthout gemaakt. In de 'boom' hangen veel engelen van vilt en hout en, op verzoek van de mannen, kleurige lichtjes. De geur van zelfgemaakte bijenwaskaarsen vult de kamer, samen met de klanken van de kerst-cd met vrijeschool-liederen. Gabriël en ik zingen de liedjes mee - soms zuiver.

Bij 'Nu daagt het in het Oosten' voel ik tranen aankloppen. Niet van verdriet, maar van... Tja, van wat? Het is hetzelfde gevoel dat ik had toen ik voor het eerst de vrijeschool binnenstapte: een zomerse dag in 2012.

Dat ene kopje thee

Buikpijn. Hoofdpijn. Slecht slapen. Het ging niet goed met Saul. Hij zat op een openbare school in de buurt en zag elke zondagavond op tegen de week die voor hem lag. Tegen de 'werkjes', tegen het presteren: "Ik kan niet knippen..." Jasper en ik zeiden tegen elkaar: het is normaal dat je soms in het leven ergens wakker van ligt, maar niet als je 5 jaar bent." Op zoek naar een andere school dus, maar welke?

Ik vertelde over onze speurtocht tijdens een intervisie-bijeenkomst met mijn toenmalige yogadocent. Hij zei: waarom gaan jullie niet bij de vrijeschool kijken? En zo belandde ik op die ene informatie-ochtend in juli. Ik stapte het gebouw aan de Lierstraat binnen en was meteen verliefd. Wat een fijne, warme en lichte energie. En toen ik een kopje thee pakte, wist ik het helemaal zeker. Aan de thermoskan hing het zakje van Yogi Tea met precies dezelfde spreuk die ik tijdens de intervisie had. Ik vond 'm toen zo mooi dat ik hem van het zakje haalde en in mijn



portemonnee stopte. De spreuk ging erover dat kinderen gelukkig horen te zijn...

Terwijl ik het inschrijfformulier invulde, liep juf Marja langs. We raakten aan de praat. Ze bood aan dat Saul een week bij haar mocht proefdraaien. Jasper haalde hem na de eerste dag op en Marja zei: "Ik wil hem houden!" En zo geschiedde. In haar klas bloeide Saul helemaal op.

Thuiskomen

Saul maar ook wij als ouders kwamen thuis op de vrijeschool. Nog altijd geniet ik van de jaarfeesten, natuurlijke materialen, toneelstukken en het zingen, de getuigschriften, bordtekeningen en de Kroonkind-ceremonie. Maar ook van 'kleine dingen' als het handen schudden in de ochtend en middag en het verhaal dat de kleuterjuffen bij elke verjaardag vertellen over het engeltje dat z'n vleugels achterlaat in de hemel als het naar de aarde gaat. Ik waardeer al deze gebruiken, gewoontes en rituelen steeds meer. Er zit zoveel schoonheid en levenswijsheid in. Elke keer ontdek ik een nieuw laagje, een andere schittering.

De onzichtbare wereld

'Donker is de aarde' klinkt nu uit de boxen. Gabriël en ik zingen enthousiast mee. Ik probeer het gloeiende gevoel vanbinnen te ontleden. Het huist in mijn hart en is een mix van dankbaarheid, verwondering, ontroering en ook troost. Ik voel het nu, maar bijvoorbeeld ook tijdens een euritmie-les, bij het schilderij van Maria in de kleuterklassen en bij de spreuk voor het eten. Het tilt me even boven de aardse gedoetjes uit en laat me beseffen dat ik deel uitmaak van iets groters. Iets magisch. Iets ongrijpbaars. Je kunt het, net als Rudolf Steiner, de geestelijke werkelijkheid noemen. Of de onzichtbare wereld. Ach, welk woord mijn hoofd ook bedenkt, ik kan het alleen maar ervaren met m'n hart.

5 Boekentips voor in de kerstvakantie

Suzanne Jansen is juf van klas 3a, maar ook coördinator van de schoolbibliotheek. Een rol die haar op het lijf is geschreven. In de Vrije Mare heeft ze een vaste rubriek met boekentips. Ook voor kinderen die niet van lezen houden, zit er dit keer weer wat leuks tussen.

Vergeet me

*Ik verdrink soms in een boek
de spanning sleurt me mee
in een stroom van woorden
drijf ik naar de zee
meestal strand ik
als ze roepen kom
kom je eten
alleen als ik lees
mag iedereen mij vergeten*



Kerstmis

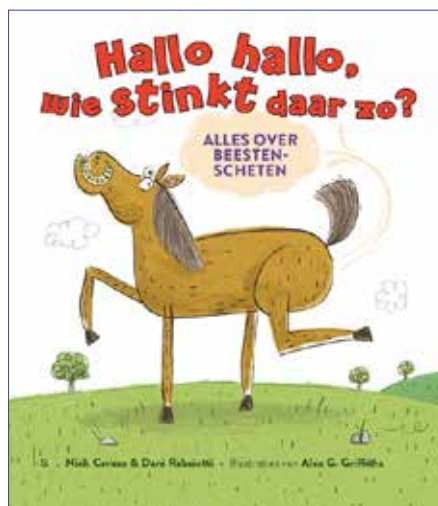
Dick Bruna

Deze editie begin ik graag met een klassiek prentenboek voor deze tijd van het jaar: Kerstmis van Dick Bruna. Dit prachtige prentenboek waarin het kerstverhaal wordt verteld met de karakteristieke Dick Bruna-tekeningen is altijd al een favoriet van mij geweest. Vanaf jonge leeftijd kan dit boek worden voorgelezen en als het een traditie wordt, kan hier lang mee doorgegaan worden.

Hallo hallo wie stinkt daar zo?

Nick Caruso

Als tip van een collega kreeg ik het boek 'Hallo hallo wie stinkt daar zo?' van Nick Caruso. Dit is een informatief boek waarin je van alles leert over dierscheten. Iedere kleuter kent wel de poep- en plasfase en dit boek lijkt me dan ook bij uitstek geschikt voor deze periode. Grappige tekeningen worden afgewisseld met informatie over of bepaalde dieren scheten laten en zo ja wat voor scheten.



De gorgels en de laatste kans

Jochem Myjer

Ik ben vanaf het eerste deel van de gorgels al fan van Jochem Myjer die de boeken over gorgels schrijft. Er zijn ondertussen drie leesboeken en twee prentenboeken uitgebracht. De gorgels zijn wezentjes die kinderen beschermen tegen de brutelaars. De brutelaars zorgen ervoor dat kinderen verkouden of ziek worden. Ieder kind heeft zijn eigen beschermgorgel. Melle is één van de weinigen die beschikt over superogen en deze gorgels ook kan zien. Hij beleeft vele avonturen. Niet alleen de leesboeken zijn fantastisch ook de prentenboeken zijn erg mooi en gedetailleerd getekend en het (voor)lezen waard. Het laatste deel: 'De gorgels en de laatste kans' is pas afgelopen November uitgekomen. De kinderen uit mijn klas en ik keken hier reikhalzend naar uit en konden niet wachten om erin te beginnen. Tot onze grote verrassing zat het boek als cadeautje in de zak van Sinterklaas voor de klas. Toen ik het cadeau mocht openen in de klas was het gejuich dan ook enorm. Dank u wel sinterklaas!

Gameboek Schaduwkraai

Marcel Groenewegen

Mijn dochter is op dit moment vol enthousiasme een Gameboek aan het lezen: 'Gameboek Schaduwkraai' van Marcel Groenewegen. Dit boek leest als een game. De kinderen die het lezen, bepalen namelijk zelf hoe het verhaal verloopt. De juf uit de klas van mijn dochter heeft het boek in de klas geïntroduceerd omdat het boek erg geschikt is om kinderen die niet zoveel van lezen houden te stimuleren om toch te lezen. Het boek was meteen zeer gewild bij de kinderen uit de klas. En nu was het dus de beurt aan mijn dochter om hem te mogen lezen. Zij heeft thuis vol enthousiasme over het boek verteld. Een aanrader dus voor kinderen die uit zichzelf niet zo snel een boek pakken.

De Grijs Jager

John Flanagan

Als laatste wil ik het graag hebben over de boekenserie 'De grijze jager' van John Flanagan. Deze serie heb ik jaren geleden zelf al verslonden en tot mijn grote vreugde heeft mijn zoon ze nu ook ontdekt. De Grijs Jager-boeken spelen zich af in de tijd van de middeleeuwen. Will is een weesjongen die dolgraag in de leer wil om tot ridder te worden opgeleid. Helaas wordt hij daarvoor niet gekozen, hij wordt opgeleid tot grijze jager. Halt, zelf grijze jager, neemt hem onder zijn hoede en leidt hem op. Samen beleven ze het ene spannende avontuur na het andere. En mocht je geen genoeg krijgen van deze Grijs Jager-boeken dan kun je verder gaan met de serie Broederband van dezelfde schrijver!



Jij bent de chocoladejuf! Najaarsliedjes zingen met juf Ulrikke

Muziekjuf Ulrikke begon met klas 1 en 2 op de Danslaan en geeft nu ook zangles op de Monteverdi aan de klassen 4, 5, 6. "In januari komen er nog drie klassen erbij. Vreselijk leuk, maar druk!", laat ze weten. Deze vier liederen heeft ze de afgelopen tijd gezongen met de kinderen. Zingen jullie?

Herfst gaat komen

'Herfst gaat komen, zie de bomen, doedoedoedel, diedeldoe'. Dit lied hebben we in de lagere klassen uitgebreid gezongen en uitgebeeld. Via deze link kun je meezingen: <https://www.vrijeschoolliederen.nl/lied/herfst-gaat-komen/> En zo gaat het verder:

*Bladren zweven, nevels weven,
Takken ruisen, stormen bruisen ...
Regen knettert, regen spettert ...
Kachels branden, warme handen ...
Kale bomen, herfst gaat komen ...*

Buiten is er wind en regen

'Buiten is er wind en regen' is een liedje dat de hogere klassen graag zingen. De oorspronkelijke tekst van dit Franse herderslied is het gedicht Les tendres souhais van de dichter Charles-Henri Ribouté. Het klinkt zo: <https://www.vrijeschoolliederen.nl/lied/buiten-is-er-wind-en-regen/>

*Buiten is er wind en regen,
buiten is het koud en guur.
Buiten komt de donkere nacht al aan
in de vroege avonduur*

(Refrein)

*Maar hier binnen branden kaarsen
en hier binnen is het licht.
Want hier binnen zijn gedachten
aan elkander toe gericht.*



Donker is de aarde (1)

All the earth is dark now

t. Martha Poldermans
m. Elisabeth Lebrét (1907-2005)

1. Don-ker is de aar-de, de bo-men zijn nu kaal. Voor't kwaad be-
1. All the earth is dark now and all the trees are bare. From e-vil toe were

waar' ons de dap-p're Mi-cha-ël, de dap-p're Mi-cha-ël.
guard-ed by brave Saint Mi-cha-el, by brave Saint Mi-cha-el.



Chocolat chaud

Canon à 3 voix

Rythme de tango

Chaud cho-co lat chaud cho-co-co-lat- chaud cho-co-lat Chaud - cho-co-co-lat-

Chaud chaud chaud chaud cho-co-lat chaud chaud chaud chaud cho-do-lat

Chaud cho-co-lat Chaud cho-co-lat

Chocolat chaud

De herfst nodigt uit om na een koude wandeling naar binnen te gaan en te genieten van een warme kop chocolademelk. De canon 'Chocolat chaud' zingen we met het koor in driestemmig canon en de andere klassen zijn onze 'onzichtbare' toehoorders. Een keer toen ik even assisteerde in een kleuterklas zeiden ze: "Jij bent de chocoladejuf!" en begonnen ze spontaan dit liedje te zingen. Benieuwd hoe het klinkt? Bekijk op YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=87fxUIUSZ0w>

Innerlijke groei ondersteunen tijdens de heilige nachten

In sommige tradities wordt gezegd dat de twaalf nachten gekoppeld zijn aan de twaalf maanden van het nieuwe jaar en invloed hierop hebben. Om de innerlijke groei te ondersteunen een aantal tips voor de heilige nachten.

Door Michelle Leeflang

1. Schrijven in een dagboek

Door op te schrijven hoe je je voelt en zelfreflectie vragen te beantwoorden in je dagboek word je bewust van wat er binnen in je speelt. Wat wil er gehoord worden in jezelf?

2. Langer slapen

Nu de dagen korter zijn en het donker en koud is buiten heeft je lichaam meer behoefte aan slaap. Net als de dieren die zich terugtrekken en een winterslaap houden. Pas je ritme aan in het tempo van de seizoenen.

3. Dromen ontcijferen

In de twaalf heilige nachten kan je werken met de symbolen uit je dromen om meer inzicht te krijgen in wat er in het onderbewustzijn speelt. Leg een schriftje naast je bed en schrijf gelijk nadat je wakker bent geworden zoveel mogelijk details op van je droom. Zoek daarna de betekenis ervan op. Wat wil deze droom jou vertellen? Misschien heb je wel een mooi inzicht gekregen.

4. Opruimen en schoonmaken

Door op te ruimen creëer je niet alleen ruimte en

vernieuwing in je huis, maar ook in jezelf. Het schoonmaken zorgt voor een frisse energie in het nieuwe jaar. Naast het fysieke schoonmaken kun je je huis ook energetisch schoonmaken met wierrook, salie of palo santo.

5. Kaarsen aansteken

Steek wat vaker kaarsen aan. Tijdens het eten, het schrijven in je dagboek of tijdens een meditatie. Dit staat symbool voor het licht in jezelf aansteken.

6. Creatief zijn

Laat je creatieve energie stromen door iets nieuws te maken. Dit is ook leuk om samen met de kinderen te doen. Teken, schilderen, knutselen, dansen of koken. Bedenk een activiteit waar je je goed bij voelt en leef je uit.

7. Tijd voor jezelf

Gun jezelf een mini-retraite door meer tijd voor jezelf te plannen. Maak een lijstje met activiteiten die je kan doen om meer rust in je lichaam en geest te ervaren. Hierdoor laad je je energie voorraad op en ontstaat er ruimte voor nieuwe inzichten over wat belangrijk is in je leven.

8. De natuur

Ga wat vaker naar buiten voor een winterwandeling en kijk wat er om je heen gebeurt in de natuur. Welke bomen en dieren zie je? De zonnestralen zijn schaars in deze periode, dus neem dit natuurlijke licht in je op. Hierdoor gaat je bioritme beter werken en kan je s'avonds beter slapen.

9. Voeding

Kook een warme voedzame maaltijd met lokale verse producten. De natuur weet precies wat het lichaam nodig heeft in deze koude periode. Bedank de natuur voor al het moois wat ze te geven heeft. Jezelf verzorgen door de juiste voeding is voeding voor je lichaam en voeding voor je ziel.

10. Maak verbinding

Bel of bezoek iemand waar je je veilig bij voelt en deel je hartekracht. Zo kan je je authentieke zelf zijn en maak je verbinding met de mensen om je heen. Oefen ook met aandachtig luisteren, zonder oordeel. Geef de ander waar jezelf naar verlangt in verbinding.

11. Boekentip

Voor meer verdieping: 12 heilige nachten en de geestelijke hiërarchie – S.O. Prokofieff
De twaalf heilige nachten – het droomlied van Olaf Asteson

12 wensen voor het nieuwe jaar

En tot slot. Schrijf 12 wensen op die je graag ziet uitkomen in het nieuwe jaar. Pak degene eruit die je het meeste aanspreekt en visualiseer de details hiervan. Welk gevoel wekt dit op vanbinnen? Laat het dan los en vertrouw erop dat het zaadje is geplant en verder gaat groeien.
Door de twaalf heilige nachten maak je verbinding met de alles creërende, donkere en stille kracht van de diepe winter.

Een magische tijd gewenst waarin al je dromen mogen uitkomen! - Michelle

Dankjewel voor je liefdevolle aanwezigheid in onze levendige Vrijeschool gemeenschap



Wij wensen je een warm kerstfeest waarin je licht mag stralen
en een mooi nieuwjaar vol vertrouwen op de stille kosmische geesteskracht.

Redactie:

Michiel de Vries
Michelle Leeflang

Vormgeving:

Maaïke Isaacs



vrijemare@vrijeschool-almere.nl