



STUDIECENTRUM VOOR ANTROPOSOFIE

Najaarsprogramma 2026

Het studiecentrum voor antroposofie organiseert activiteiten voor iedereen die zich in de antroposofie wil verdiepen of zich door de antroposofie wil laten inspireren om zijn kijk op de wereld te verruimen en verdiepen.

De eerste 6 maanden van 2026 hebben we ons toegespitst op het thema van het karma: wat het is, hoe je de werking ervan in je eigen leven kunt leren kennen en herkennen en hoe het je wereld- en mensbeeld op subtiele, maar ingrijpende wijze kan beïnvloeden. Steeds tegen de achtergrond van de ideeën van Rudolf Steiner over dit onderwerp en de grote vraag hoe karma zich verhoudt tot de vrijheid van de mens. Het onderwerp is voor ons nog verre van uitgeput. In het najaar van 2026 zetten we onze karma-verkenningen nog even voort met een viertal interactieve lezingen op de dinsdagavond en een bijzondere dagworkshop. En ook Miranda Scheperboer blijft je met haar Schrijfcafé op de derde vrijdagochtend van de maand verleiden tot verrassende en onverwachte inzichten in jezelf en je eigen biografie.

Dinsdag 29 september 2026	<i>Waarom herinner ik mij dan mijn vorige leven niet?</i> - lezing door Peter Kapenga
Dinsdag 13 oktober 2026	<i>Het leven beluisteren</i> – Josien de Vries
Dinsdag 3 november 2026	<i>Karma en Ziekte</i> – lezing door Marco Ephraïm
Zaterdag 14 november 2026	<i>Karma in onze levensloop</i> – workshop Levensloop-opstellingen door Marieke Krans
Dinsdag 8 december 2026	<i>De heilige nachten als een weg tot inzicht in het lot</i> – lezing door Frans Lutters
Vrijdagochtend 18 sept, 16 okt, 20 nov, 18 dec	<i>Schrijfcafé: biografisch schrijven</i> – door Miranda Scheperboer

Praktische informatie over de lezingen

Locatie: Elisabeth Vreedehuis, Riouwstraat 1, Den Haag
Tijd: van 20:00 uur tot 22:00 uur, inloop vanaf 19:40
Kosten: € 10,- of € 15,- (naar draagkracht), minimum € 5,-
(Afwijkend bij schrijfcafé (tijd), rondleidingen en workshops (locatie, tijd en kosten)).

Graag van tevoren aanmelden met een email aan:
studiecentrum@antroposofiedenhaag.nl om verzekerd te zijn van een zitplaats en ons een idee te geven van de belangstelling.

Waarom herinner ik me dan mijn vorige leven niet?

lezing door Peter Kapenga

dinsdag 29 september 2026, aanvang 20:00 uur



"In gesprekken die ik voer hoor ik vaak de stelling: je leeft maar 1 keer. Als ik dan vertel dat ik 'van de karma en reïncarnatie ben' dan is de eerste tegenwerping meestal: 'Waarom herinner ik mij dan mijn vorige leven niet?' Deze avond verkennen we deze vraag en we draaien de vraag ook om. Wat kan ik nu doen om in mijn volgende leven dit huidige leven wel te herinneren. De avond heeft een aforistisch, filosofisch en praktisch karakter."

Peter Kapenga is systemisch coach en heeft een eigen praktijk voor familie- en organisatieopstellingen. Hij volgde zijn opleidingen bij Phoenix Opleidingen en het Bert Hellinger Instituut.

Het leven beluisteren

lezing door Josien de Vries

dinsdag 13 oktober 2026, aanvang 20:00 uur

Mijn leven is een symfonie, waarvan ik de componist, één van de uitvoerende musici én de dirigent ben. (vrij naar Bernard Lievegoed, 1989)



"Graag introduceer ik een nog jonge manier van biografisch (zelf)onderzoek, die recht doet aan bovenstaande stelling: Partitura. Het eigen leven komt tot klinken als we de toonsoort leren beluisteren, de akkoorden, harmonieën, dissonanten en tempi vinden... Dit is voor het tijdsbestek van een lezing eigenlijk een te groot project, maar binnen de gegeven tijd kunnen we toch inspirerende verkenningen doen, tegen de achtergrond van vragen omtrent Karma in de levensloop. We vertrekken vanuit een voor jou belangrijk levensmoment: een herinnering die jij 'een karmisch moment' noemt."

*Josien de Vries (*1955) -opgeleid als Beroepskeuze adviseur en HR-manager- was tot 1994 stafmedewerker aan de Vrije Hogeschool. Zij is (mede-) grondlegger van het Instituut voor Biografie en werkt sinds 1982 aan de ontwikkeling en toepassing van methoden voor biografisch zelfonderzoek, alsmede de opleiding van biografisch coaches in binnen- en buitenland.*

Karma en ziekte

lezing door Marco Ephraïm

dinsdag 3 november 2026, aanvang 20:00 uur

Ziekte kan ons plotseling overkomen (acute ziekten) of langdurig begeleiden (chronische ziekten). Meestal komt het ons helemaal niet uit en verstoort het ons dagelijks leven. We kunnen ziekten als last en als kans zien. Hoe kunnen we daarbij vanuit het karma-begrip naar ziekte kijken? Rudolf Steiner geeft daar in zijn antroposofie interessante en praktische aanwijzingen voor die ons kunnen helpen meer begrip en eigen regie in de omgang met ziekten te krijgen. Met voorbeelden uit de praktijk en ruimte voor uitwisseling.

Marco Ephraïm is ruim 30 jaar antroposofisch huisarts in het Therapeuticum Aurum Zoetermeer, als opleider verbonden aan het LUMC en docent aan de AIM (Academy for Integrative Medicine).



Karma in onze levensloop

workshop Levensloop-opstellingen door Marieke Krans

zaterdag 14 november 2026 van 10:00 uur tot 16:30 uur



Door aanleg, omstandigheden en levensgebeurtenissen vormen we in onze jeugd levensthema's die ons als volwassenen langdurig kunnen hinderen en de verwezenlijking van onze diepste wil belemmeren. De oorsprong van deze levensthema's blijft ons grotendeels onbewust. In de levensloop-opstelling verschijnen ze, zodat we er contact mee kunnen leggen en er de juiste woorden aan kunnen geven. Het uitspreken van deze woorden heeft een onmiddellijke, integrerende werking en opent nieuwe ontwikkelingsperspectieven voor de huidige levensfase.

De workshop Levensloop-opstellingen biedt gelegenheid om via de opstellingen meer gevoel en inzicht te krijgen in de werking van karma in je leven en de verschillende levensfasen. Een beperkt aantal deelnemers kan een opstelling over het eigen leven doen, alle deelnemers zijn als representant op verschillende plekken in de opstellingen en als waarnemer nauw betrokken.

Marieke Krans is antroposofisch arts met een praktijk voor integratieve geneeskunde in Driebergen

Dit is een workshop van een dag inclusief lunch. Kosten zijn: € 50,-.

Aanmelden bij: studiecentrum@antroposofiedenhaag.nl

Na aanmelding ontvang je per mail een verzoek tot betaling via de bank.

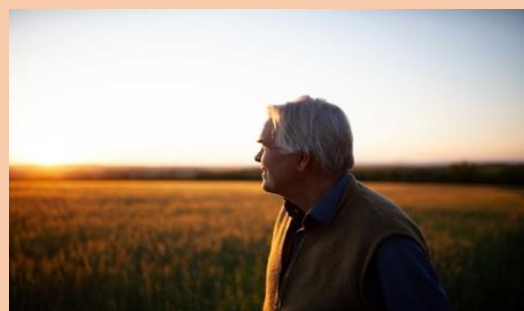
Pas als je betaald hebt, ben je verzekerd van een plek. Er is een maximum van 20 personen. Locatie: Elisabeth Vreedehuis, Riouwstraat 1, Den Haag.

De heilige nachten, een weg tot inzicht in het lot

lezing door Frans Lutters

dinsdag 8 december 2026

De tijd tussen Kerstmis en Driekoningen is een bijzondere tijd van gezelligheid, dromen en ontmoetingen. Het kan ook een tijd van verdieping zijn waarbij het lot, het karma begint te spreken. Frans Lutters geeft al decennialang lezingen en cursussen over dit thema. Op deze avond zal hij zowel inhoudelijke als praktische aanwijzingen geven om in deze bijzondere tijd van het jaar verdiepend te werken.



Drs. Frans Lutters studeerde theologie en onderwijskunde en is auteur van vele boeken o.a. over de Heilige Nachten

Schrijfcafé: biografisch schrijven - door Miranda Scheperboer

Vrijdag 18 september, 16 oktober, 20 november, 18 december van 10:00 uur tot 12:00 uur



Iedere derde vrijdag van de maand verzorgt Miranda Scheperboer het Schrijfcafé in het Vreedehuis in Den Haag. Aan de hand van steeds weer een ander thema en verrassende vragen die Miranda aanreikt, schrijven deelnemers over hun leven. De toegang bedraagt € 10,- of € 15,- (naar draagkracht; contant betalen bij binnenkomst) minimum € 5,-. Aanmelden noodzakelijk.

De ochtenden zijn afzonderlijk te bezoeken.

De thema's van deze voorjaarsreeks in 2026 zijn:

- 18 september 2026: Loslaten
- 16 oktober 2026: Mijlpalen
- 20 november 2026: Karma
- 18 december 2026: De 13 heilige nachten

Miranda Scheperboer heeft 28 jaar als lerares Nederlands gewerkt op het Marecollege, de middelbare vrijeschool in Leiden. Zij heeft in 2011 de opleiding tot biografisch coach aan het Instituut voor Biografie afgerond. Vanaf 2014 heeft zij vooral als biografisch coach collega's, leerlingen en groepen in het land begeleid.

Algemene informatie

- Wilt u een lezing bijwonen graag even van tevoren opgeven: studiecentrum@antroposofiedenhaag.nl
- Betalingen vooraf: NL 62 INGB 0000 6784 86 t.n.v. Studiecentrum voor Antroposofie o.v.v. lezing Studiecentrum + datum. Betaling ter plekke graag contant.
- Voor meer informatie en het actuele programma zie website www.antroposofiedenhaag.nl
- Aanmelden voor de nieuwsbrief kan door een email te sturen naar: studiecentrum@antroposofiedenhaag.nl