

Spiegelkaart 1

pagina 22-23

Meer rust zonder bezit

- Lees het verhaal 'Met zilver bekleed'. Wat gebeurde er met Avraham toen hij veel geld ging verdienen? Wat heeft dit verhaal te maken met het thema 'Spiegel van de geest'?
- Ga je anders denken als je veel geld en spullen hebt? Kan dat je onrustig maken? Bedenk een voorbeeld.
- Lees het verhaal 'Gelukkig met niets'. Hoe kan de fluitspeler gelukkig zijn met niets?
- Kun jij gelukkig zijn met niets?



**Thema 2
Spiegel van
de geest**

© 2016 Levendig Uitgever

Spiegelkaart 2

pagina 24-25

Laat het los

- Lees het verhaal 'Raiwka, de Karreman'. De koning leert in het verhaal dat alles van de Spirit is en bedoeld om door te geven. Waarom maakt dit hem gelukkiger? Wat vind je van de gedachte dat alles van de Spirit is?
- Lees de teksten op de bladzijde ernaast. Wat hebben die te maken met het verhaal over Raiwka de Karreman?
- Kun je beter denken als je je geen zorgen hoeft te maken? Ga je dan anders naar de dingen kijken?



**Thema 2
Spiegel van
de geest**

© 2016 Levendig Uitgever

Spiegelkaart 3

pagina 26-27

Eenvoud en oprechtheid

- Lees het verhaal 'Ling en de keizer'. Waarom wil de keizer dat Ling zijn opvolger wordt? Vind je dat een goede beslissing van de keizer? Zou jij net als Ling eerlijk hebben gezegd dat het niet was gelukt om een plant op te kweken? Waarom wel/niet?
- Lees de uitspraken over eenvoud. Welke uitspraak spreekt je het meest aan? Waarom?
- Alle religies zeggen iets over eenvoud. Waarom is dat denk jij? Is het belangrijk om eenvoudig te zijn?
- Wat gebeurt er in je hoofd als je niet eenvoudig bent, bijvoorbeeld als je indruk probeert te maken op anderen? Geef een voorbeeld uit je eigen leven.



**Thema 2
Spiegel van
de geest**

© 2016 Levendig Uitgever

Spiegelkaart 4

pagina 28-29

Jezelf overwinnen

- Lees het verhaal 'De toverspiegelpoort'. Welke monsters zou jij tegen kunnen komen bij de toverspiegelpoort? Hoe zou je deze monsters kunnen verslaan?
- Lees de andere teksten op deze bladzijden. Ben jij 'meester' over jezelf? Wanneer wel en wanneer niet?
- Hoe kun je meester worden over jezelf?
- Lees het verhaaltje over de koets. Lijkt jouw leven op het besturen van een koets? Kun jij jouw paarden goed in bedwang houden? Stuur je alleen met je verstand of denk je dat je nog hulp krijgt bij het sturen?



**Thema 2
Spiegel van
de geest**

© 2016 Levendig Uitgever

Spiegelkaart 5

pagina 30-31

Wie ben ik?

- Lees het verhaal 'Ontzettend boos' en het tekstje in het kader eronder. In het verhaal staat 'Boosheid maakt geen onderdeel uit van wie je bent'. Wat bedoelt de meditatie-leraar daarmee?
Kun je zeggen dat jij een 'aardig' of 'onaardig' iemand bent? Of ben je elke dag anders?
- Wat vind je ervan dat boeddhisten zeggen dat er geen 'ik' bestaat?
- Lees de tekst 'Je ware zelf'. Wat is het verschil tussen 'je ware zelf' en je 'ik'?
- Lijkt het je fijn om geen 'ik' te hebben? Wanneer wel en wanneer niet?



Thema 2
Spiegel van
de geest

© 2016 Levendig Uitgever

Spiegelkaart 6

pagina 32-33

Jezelf leegmaken

- Lees het verhaal 'Een leeg theekopje'. Wat zou de meester bedoeld hebben met 'jezelf leeg' maken?
- Hoe kun je jezelf 'leeg' maken?
- Lees de tekst 'Wees als water'. Wanneer ben je als water? Wanneer ben je als een jonge plant? Wanneer ben je als een eenvoudig blok hout? Geef voorbeelden uit je eigen leven.
- Lees de tekst 'Antwoord zonder woorden'. Wat doen woorden met je geest? En wat doet muziek met je geest? Geef voorbeelden uit je eigen leven.
- Lees de tekst 'De geur van een roos'. De geur van een roos kun je niet beschrijven. Bedenk nog drie dingen die je niet met woorden kunt beschrijven.



Thema 2
Spiegel van
de geest

© 2016 Levendig Uitgever