

Opdrachten bij het boetseren van de innerlijke wegen naar de twaalf zintuigen:

2. de kijkzin en de warmtezin

De volgende opdrachten zijn als voorbeelden bedoeld; je kunt je eigen indrukken op creatieve wijze zoeken. Kies een zintuigindruk die je prikkelt of aanspreekt (dus niet zozeer waarvan je weet wat het is) en volg de bovenbeschreven zeven stappen van boetseren, elk in een beeldje. Per zintuig:

Kijkzin:

Eerst enige tijd met gesloten ogen zitten, dan een van de volgende indrukken opnemen door de ogen te openen de tijd dat het voorwerp van indruk langskomt of wordt gegeven.

- Enige beelden, die elke een vervorming van de werkelijkheid in zich tonen.
- gekleurde brillen; hier enige tijd mee rondlopen en ook de voorgaande beelden een voor een bekijken.

Warmtezin:

- Een mof/doek van wol of bont voor de handen
- Een mof van aluminiumfolie
- 3 Bakken met water; een koud (ijs), een warm, een handlauw (37⁰ C); van de een naar de ander gaan en relatieve verschil aanvoelen
- Metalen voorwerpen in elk van de drie bakken aanreiken.
- Een verhaal waar je warm en koud van kan worden, zoals een sprookje (Assepoester)
- De ontmoeting herinneren aan iemand die je warm hart toedraagt; ook iemand die je antipathisch gezind is.