

## Retraite Vertrouwen in leven en werk

Onze aandacht drijft in deze snelle wereld gemakkelijk weg. Stabilitas, een eeuwenoude kloosterwaarde, kan jou helpen te blijven bij waar je bent. Geduldig voortgaan in plaats van ingaan op de volgende impuls. In deze 2-daagse ga je ervaren waar jij vertrouwen voelt in leven en werk.



### Geduldig volhouden

Stabilitas\* betekent vrij vertaald: erbij blijven, niet weglopen. Bij contemplatieve ordes wordt deze waarde letterlijk opgevat: je kiest voor een gemeenschap, een plek en je blijft daar. In de kern gaat het over de verbinding die je aangaat. Dat je die van harte, geduldig volhoudt, ook bij tegenslag. In deze tweedaagse sla ik een brug tussen deze kloosterwijsheid en de weerbarstige praktijk van jouw dagelijks leven en werk.

We kijken allereerst waar jij vol JA tegen zegt, dus toegewijd bent. Daarna wordt duidelijk hoe jij hieraan gehoor wilt geven zonder jezelf te forceren. Je zult verrast zijn over de dynamiek en energie die dan vrijkomt!

### Programma

Wat de waarde 'stabilitas' voor jou kan betekenen ga je in deze 2-daagse aan den lijve ondervinden. Het blijft niet bij een mooi verhaal, je gaat aan de slag met concrete voorbeelden uit jouw leven en werk. Het programma bestaat uit 3 gedeeltes:

- Beknopte uitleg over de kloosterwaarde 'stabilitas' met persoonlijke voorbeelden;
- Ervaringsgerichte oefeningen voor het toepassen van deze waarde
- Intervisie-oefeningen waarbij er ruimte is voor jouw verhaal en vraag.

Bij mijn coachende begeleiding gebruik ik:

- lichaamsgerichte oefeningen om 'uit je hoofd' te komen en weer meer te voelen;|
- meditatie voor rust en verdieping;
- expressie voor verwerking van je ervaringen.

### Deze tweedaagse is er voor jou, als je in je leven of werk....

- benieuwd bent wat Stabilitas voor jou kan betekenen;
- meer geduld, vertrouwen, innerlijke rust of evenwicht zoekt;
- vanuit een innerlijke verbinding wilt denken, voelen en handelen
- een vraag hebt of een terugkerend, beperkend patroon ervaart.

### Ritme en rust

Alles in het klooster, is erop gericht om je te herinneren aan je innerlijke weg. Om dat te ervaren volgen we het ritme van de kloostergemeenschap. Daarnaast betrachten we de stilte buiten de groepsessies, dus ook tijdens de maaltijden, die we in een aparte ruimte gebruiken. *NB Klooster Huissen is geen stilteklooster.*

### Mijn inspiratie

Ter voorbereiding op deze tweedaagse heb ik een vijftal Benedictijnen (v/m) de vraag voorgelegd wat voor henzelf een top drie is van kloosterwaarden. Onder andere daaruit put ik mijn inspiratie. Daarnaast lees ik altijd graag in 'Een levensregel voor beginners; Benedictijnse spiritualiteit voor het dagelijkse leven' van Wil Derkse.

Vanaf 2007 heb ik van een Benedictijnse abt tien jaar onderricht gekregen in het geestelijk begeleiden van groepen. Deze spiritualiteit van contemplatie, stilte en innerlijke dialoog geef ik graag door.

### Reviews

"Gezamenlijk gesprek over eigen dagelijkse praktijk is stimulerend en leerzaam. Van de ander iets terugkrijgen opent de ogen voor eigen valkuilen en geeft de mogelijkheid te delen."

"We vinden elkaar in de innerlijke weg die ieder van ons gaat. Herkenning doet delen. De hobbels en kuilen worden benoemd en zijn er veilig. Joyce helpt mij hierin verder op weg."

"Meditatie, uitwisseling, hebben we nodig om zelf gevoed te worden"

\*Andere voorbeelden van 'traditionele' kloosterwaarden zijn: Obedientia (Gehoorzaamheid, vrij vertaald: bereidheid tot aandachtig luisteren en gehoor geven) en Humilitas (Nederigheid, vrij vertaald: onder ogen zien wat in je leeft). Er zijn ook meer 'eigentijdse' kloosterwaarden, als Niet-weten, Liefde, Radicale openheid, etc. Bij voldoende interesse zal ik daar ook een 2-daagse over geven

### Programma's in Dominicanenklooster Huissen in tijden van Corona

We hebben extra maatregelen genomen en een protocol opgesteld om te zorgen dat uw verblijf veilig en verantwoord is voor u én ook voor de bewoners en voor onze medewerkers. Alleen samen met u kunnen we zorgen dat hygiëne en de afstand van 1,5 meter gewaarborgd blijft.

Lees de laatste update van ons coronaprotocol op onze [homepage](#). We verzoeken u het protocol vóór uw vertrek naar Huissen door te nemen.

[Aanmelden](#) [Terug](#)

### Datum

- Woensdag 29 september 14.00 uur t/m vrijdag 1 oktober 2021 16.00 uur  
Code: 21227

### Kosten

- € 309,-<sup>?</sup> Tarief A
- € 389,-<sup>?</sup> Tarief B
- € 439,-<sup>?</sup> Tarief C
- Ivm corona maatregelen zijn alle overnachtingen inclusief verblijf op een 1pk. U kunt ook kiezen voor overnachting thuis tegen een korting van €40,- per nacht. Geeft u dat dan aan in het opmerkingen veld. Na aanmelding wordt het door ons verrekend.
- [Algemene voorwaarden](#)

### Begeleiding



- **Joyce Lakwijk** begeleidt mensen in retraites, supervisie en coaching. Ze laat je je essentie ervaren en helpt om die concreet en afgestemd vorm te geven in leven en werk. Ze gelooft dat gehoor geven aan de eigen unieke inspiratie, vervullend werkt en bijdraagt aan het goede in de wereld. Ze werkt met mindful lichaamswerk, meditatie, expressie en communicatie in veel uitnodigende werkvormen. Daarnaast begeleidt ze intervisiegroepen van geestelijk verzorgers en predikanten/pastores met Lectio Divina. Mensen voelen zich snel bij haar op hun gemak en voelen ruimte zich te ontwikkelen. Zie ook: [www.joycelakwijk.nl](http://www.joycelakwijk.nl)  
Voor meer informatie: [info@joycelakwijk.nl](mailto:info@joycelakwijk.nl)