

Weekend Dat onverwoestbare in mij - omgaan met angst en levensvragen

Hoe om te gaan met angst, stress en levensvragen? Tijdens dit weekend gaan we te rade bij denkers uit de existentialistische en mystieke traditie die ons de weg wijzen naar innerlijke kracht en weerbaarheid, of zoals Etty Hillesum het noemt: 'Dat onverwoestbare in mij'.



'Dat onverwoestbare in mij', zo noemde de joodse schrijfster Etty Hillesum de kracht en liefde die ze, ondanks de moeilijkheden die haar overkwamen, in zich voelde. De Deense denker Kierkegaard spreekt in zijn geschriften van een 'diepste grond' die hij in zichzelf ontmoet, een grond waar hij steeds weer op kan terugvallen. Ieder mens loopt tijdens zijn of haar leven tegen periodes van angst, stress en moeilijkheden aan. Dit kan, zeker in tijden van crisis, leiden tot levensvragen waar niet zomaar een antwoord op te vinden is. Het gaat dan dus niet om ernstige psychische problematiek maar om existentiële vragen en problemen die bij het bestaan horen. Hoe kunnen we hiermee omgaan, welke innerlijke houding vraagt dit van ons?

Tijdens dit weekend gaan we te rade bij drie 'innerlijkheidsdenkers' - Martin Buber, Søren Kierkegaard en Etty Hillesum - die juist op het gebied van angst, stress en levensvragen en het ontwikkelen van innerlijke weerbaarheid van grote waarde kunnen zijn. Hoewel zij in vele opzichten van elkaar verschillen leggen ze allen de nadruk op het belang van ontvankelijkheid en (zelf)reflectie. Niet weglopen voor de angst en stress maar deze aanvaarden, daar komt het op aan. Zo komt dat onverwoestbare in zicht, die diepste grond waar je op kunt terugvallen en die oriëntatie en richting aan je leven schenkt. De diverse inleidingen over genoemde auteurs worden afgewisseld met dialoog, meditatie en film.

Je bent van harte welkom!

Voor dit programma zijn accreditatiepunten toegekend door SKGV.

Programma:

Vrijdag

19.30 uur: Welkom en kennismaking

20.30 uur: Inleiding 1 – ETTY HILLESUM - innerlijke weerbaarheid

22.00 uur: Einde avondprogramma

Zaterdag

10.00 uur: Inleiding 2 – Kierkegaard over de angst

14.30 uur: Meditatie en lezen/bespreken bronteksten

20.00 uur: Film en nagesprek

Zondag

11.15 uur: Inleiding 3 – Victor Frankl

13.30 uur: Meditatie en lezen/bespreken bronteksten

14.30 uur: Evaluatie weekend

15.00 uur: Afscheid en vertrek

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](#)

Data

- Vrijdag 29 oktober 19.30 uur t/m zondag 31 oktober 2021 15.00 uur
Code: 21255
- Vrijdag 17 december 19.30 uur t/m zondag 19 december 2021 15.00 uur
Code: 21085

Kosten

- € 329,-[?] Tarief A
- € 399,-[?] Tarief B
- € 459,-[?] 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



- **Welmoed Vlieger** studeerde Wetenschap van Godsdienst & Levensbeschouwing en vervolgens Wijsbegeerte aan de Universiteit van Amsterdam. Zij specialiseerde zich in het werk en denken van de Dominicaanse filosoof/mysticus Meister Eckhart en is daarnaast geïnspireerd en gevormd

door o.a. Plato, Heidegger, Buber, Hammarskjöld en in het bijzonder door de Deense denker Kierkegaard. Welmoed is columnist bij dagblad Trouw en werkt aan een promotieonderzoek over innerlijkheid en politiek aan de VU. Meer informatie: [www.welmoedvlieg](http://www.welmoedvlieg.nl)