

SEIZOENSCIRKEL

RUIMTE VOOR BEZINNING, VERSTILLING EN BEZIELING



De natuurlijke cyclus van de seizoenen is op vele manieren terug te vinden buiten- en in ons zelf. Zo is de cyclus aanwezig in een jaar, een dag, een project, ons hele leven. Als je de kracht van deze cyclus in jezelf ontdekt en daarin kunt meebewegen, zal je meer balans en flow ervaren.

Heb jij al één en ander gedaan aan ontwikkeling op het gebied van innerlijk leiderschap, en heb je behoefte om jezelf hierin te blijven voeden op een inspirerende en prachtige plek midden in de natuur? Wil je de ruimte scheppen om regelmatig in te checken bij jezelf?

Deze retraite dagen zijn voor jou!

Elk seizoen.

Het jaar rond.

Een verwendag, onthaasten en in jezelf zakken, gevoed door de schoonheid van de plek en heerlijk eten met liefde bereid. Midden in het duinbos van Kennemerland op het prachtige Koningshofje.

Herbronnen, je koers bepalen, door middel van rituelen en de wijsheid van de groep.

Wij creëren de ruimte om te onthaasten, uit je hoofd te komen, verbinding te maken met wat speelt in jouw systeem en je daarin te laten voeden door de kracht van de seizoenen. Er wordt gewerkt met meditaties, sharingrondes, ervaringsgerichte oefeningen afgestemd op het jaargetijde. Elke keer is er 2 uur solotijd in de inspirerende en liefdevolle natuur.

Raak je nieuwsgierig en wil je voor het hele jaar instappen? Laat het ons weten!

Groet, Abel en René

SEIZOENSCIRKEL

RUIMTE VOOR BEZINNING, VERSTILLING EN BEZIELING



Herfst: OOGSTEN en LOSLATEN. Na een zomer van volle bloei en uitbundigheid bereidt de natuur zich voor op de winter die komen gaat. Bomen en planten beginnen hun bladeren te verliezen. Dat wat loslaat wordt voeding voor een vruchtbare bodem. Wat heb jij los te laten, waar zit geen energie meer in voor jou? En wat wil er geoogst worden? Wat is er voor jou nodig om je klaar te maken voor de winter en wat wil je daarin meenemen?



Winter: VERSTILLEN en VERTROUWEN. De winter zit vol paradoxen; 'nieuw leven gehuld in de dood', 'uiterlijk is er rust, innerlijk is er groei'. De bomen hebben hun blad verloren, waarbij de energie zich terugtrekt naar de wortels. Weer terug naar de bron, de innerlijke stilte. Durf je in het niet-wetende veld te zijn tussen het oude en het nieuwe, de donkerte en het licht, en te vertrouwen op de tijd dat nieuwe energie zich aandient.



Lente: ONTWAKEN en ONTKIEMEN. De dagen worden langer, de natuur wordt wakker. De eerste knoppen dienen zich aan. Soms gaat het proces van ontwaken en ontkiemen langzaam en dan ineens barst alles open. De kracht en kwetsbaarheid zijn voelbaar. Het is de kunst om hierbij te durven blijven. Alles heeft zijn tijd. Kun je aanschouwen en vertrouwen op dat wat wil ontkiemen in jou?



Zomer: BLOEIEN en RIJPEN. Het leven wordt gevierd in al zijn uitbundigheid. Dat wat groeit komt tot volle wasdom en wordt duidelijk zichtbaar. Alles groeit, bloeit, geurt en kleurt. Durf jij jouw innerlijk rijpingsproces zichtbaar te maken en in het volle licht te zetten? In de interactie met de buitenwereld wordt voelbaar wat wel en niet klopt. De zomer nodigt je uit je zintuigen open te zetten, vol in het leven te staan met alles wat er is.

SEIZOENSCIRKEL

RUIMTE VOOR BEZINNING, VERSTILLING EN BEZIELING



Ervaringen van eerdere deelnemers:

"Hele waardevolle duik in de seizoenen en alle cyclische processen die binnen en buiten spelen. Zeer kundige facilitators die de kunst verstaan om diepgang met humor en lichtheid te combineren"

"Bijzonder en verslavend zijn deze dagen voor mij. Ik vond het magisch om te merken hoe, ieder seizoen weer, een aantal thema's in de groep aan elkaar linken en op elkaar mee-resoneren. Ik zou iedereen in deze tijd van drukte en rennen zo'n plek gunnen om op te laden en met verhelderd gemoed weer door te kunnen."

"René en Abel weten een integere zachte bedding te creëren waardoor verdieping en onderzoeken van gevoelige thema's, veel ruimte en liefde krijgen."

"Dichterbij een gevoel, als individu deel uit te maken van een stam van wijzen, ben ik nooit gekomen. Een bijzondere melange van ruimte voor introspectie en verbondenheid met de natuur en met andere individuen."

Wanneer vrijdag 29 september 2023 - herfst
vrijdag 8 december 2023 - winter
vrijdag 22 maart 2024 - lente
vrijdag 21 juni 2024 - zomer

We starten om 9.30 en eindigen rond 18.00.

Waar Het betoverende Koningshofje midden in het duinbos van Kennemerland.

Voor wie Voor hen, die al een ontwikkeling hebben doorlopen in hun persoonlijk leiderschap en een plek zoeken om dit proces te blijven voeden, hierin te kunnen delen en zo elkaar daarin te inspireren. Je committeert je aan alle seizoensdagen. Max 10 deelnemers.

Kosten In totaal €796,- (excl. BTW), dat is elk seizoen €199,-
Inclusief huur locatie, tussendoortjes, koffie/thee, lunch en snack.



SEIZOENSCIRKEL

RUIMTE VOOR BEZINNING, VERSTILLING EN BEZIELING

René is coach, trainer, docent, natuurliefhebber, tuinder, lerarenopleider, partner, broer, theaterliefhebber, vriend en bekijkt de wereld graag van de positieve kant.

Hij heeft ruim 25 jaar ervaring in het opleiden, trainen, begeleiden en coachen van mensen. Geloof in eigen kunnen, contact maken met het voelen, het voelen verbinden met het denken en daarin durven gaan staan is een belangrijke drijfveer in zijn manier van werken.

Hij trekt met individuen en groepen regelmatig de natuur in om de elementen van de natuur te verbinden met de persoonlijke thema's of vragen van mensen. Dit brengt mooie inzichten en verdieping voor de betrokkenen.



Abel is psycholoog, coach, trainer, moeder van 3 kinderen, partner, vriendin, oudste van 3 dochters, zingt in Haarlem Voices, is regelmatig in de duinen te vinden, wordt heel blij van mooie bloemen, een bijzondere ontmoeting en een vuurtje buiten, zij heeft Afrikaanse roots en nog veel meer. Het raakt en inspireert haar als mensen hun eigenheid de ruimte geven en daar vol in durven te staan. Diepgang en lichtheid gaan bij haar hand in hand.

Zij begeleidt in haar werk al ruim 20 jaar mensen om in zichzelf te gaan staan. Daarin leiding nemen, trouw aan je eigen natuur, gaat in haar visie over verbinding maken met je hart en alle fluisteringen in je lichaam, naast de 'mind' ruimte maken voor intuïtie en het openstaan voor de wijsheid van het grotere geheel. De natuur en de stilte zijn daarin zeer wijze leermeesters, waar zij graag ruimte voor maakt.