

YOD

stimuleert bewustzijn



Al ruim 20 jaar begeleiden wij mannen en vrouwen op hun tocht naar meer bewustzijn en liefde

Lise, Jivan

De Inspiratiecirkel

Op 21 mei 2011 start onze nieuwe groep die we 'de Inspiratiecirkel' hebben genoemd en waarbinnen we gekozen hebben voor een nieuwe opzet.

Het doel is samenkomen en elkaar inspireren. Veel mensen die ooit bij ons zijn begonnen aan het proces van bewuster leren leven, zouden het fijn vinden op enigerlei wijze ondersteuning te krijgen om dit proces levend en wakker te houden.

Jaartraining en vervolggroep waren altijd intensief en tijdrovend, wat veel oplevert maar ook niet altijd nodig en/of mogelijk is in ieders tegenwoordig vrij drukke bestaan. Vandaar onze nieuwe opzet waarbij we nu onderzoeken of het mogelijk is met een grote groep regelmatig 3 keer per jaar samen te komen. De zomertraining en de vervolggroep oude vorm vervallen hierbij.

De groep wordt een doorlopende groep en er is ongeveer eens per 4 maanden een bijeenkomst van 2 dagen. Het eerste weekend is verkennend, daarna beslis je of je de komende 2 keer ook

meedoet. Je kunt ook langer meedoen en naar behoefte in- en uitstappen en nieuwe mensen kunnen elk weekend instappen. Het minimum aantal deelnemers is 10; het maximum aantal is 40.

We willen iedereen, die ooit bij ons de jaargroep of meer heeft gevolgd, uitnodigen. Je kunt ook met je hele mannen- of vrouwengroep inschrijven om zo zorg te dragen voor een blijvend inspirerend klimaat in jullie groep.

De eerste dag starten we met meditatie, mindfulnessoefeningen en stille processen. De nadruk ligt hier op het onderzoeken of je kunt aanvaarden wat binnen en buiten je op je pad komt, in plaats van alsmaar te streven naar verandering. Dit laatste geeft vaak extra spanning en onvrede. Vanuit die acceptatie heb je weer de vrijheid om te kiezen wat te doen.

In het tweede dagdeel is er de mogelijkheid op te splitsen in deelgroepen zodat ieder op eigen wijze verder kan met bijvoorbeeld: ademen, meditatie,

counselen, delen man-vrouw, vrouwen, mannen, vragentijd, creativiteit, de natuur in, een lied schrijven.

Op zondag zijn we het grootste deel van de dag met de hele groep; er is open tijd en vragentijd. Elkaar inspireren en de vreugde ervaren van samenzijn met mensen, die open en zonder reserve willen kijken naar dat wat in hen leeft en wat hen raakt. Dit op zo'n manier dat eenieder zich uitgenodigd kan voelen er helemaal op eigen unieke wijze te zijn.

Aan het einde van deze dag kijkt iedereen of het nodig of fijn is, tussentijds aan activiteiten deel te nemen. Hier kunnen facultatief groepjes of afspraken ontstaan, net wat je op dat moment aanspreekt. Er bestaat ook de mogelijkheid Lise en/of Jivan te vragen voor tussentijdse begeleiding. Je kunt het dus zo intensief maken als je zelf wenst.

Er zullen zeker mensen zijn die niet kiezen voor



een intensiever traject. Maar ook hen willen we uitnodigen voor de tweedaagse bijeenkomsten, omdat juist ook het doorgeven van je inzichten en ervaringen, zowel de ander als jezelf zoveel kan leren.

Naast een inzet naar keuze zijn ook de kosten deels naar keuze, iedereen betaalt voor accommodatie en eten een vast bedrag en de trainingskosten zijn laag, gemiddeld of hoog, net wat je past. Er bestaat ook de mogelijkheid bij te dragen in praktische klussen bij Yod om jouw trainingskosten laag te houden. Dit alles om het voor iedereen mogelijk te maken in deze inspiratiecirkel te stappen.

Locatie:

De komende drie bijeenkomsten zijn op Centrum Meeuwenveen, Havelte (Drenthe).

Data:

De bijeenkomsten zullen de eerste jaren steeds plaatsvinden in de maanden mei, september en januari. De eerste drie zijn op:

21 en 22 mei 2011

3 en 4 september 2011

7 en 8 januari 2012

Tijden:

Van zaterdagochtend 9.00 uur tot zondag 17.00 uur.

Kosten:

Tussen de € 35,- en € 155,- voor de training.

€ 105,-, inclusief BTW, voor de accommodatie. Deze prijs kan omlaag bij meer dan 20 deelnemers.

€ 20,- extra voor de accommodatie bij aankomst op

de vrijdagavond.

€ 30,- voor het eten (biologisch) en de kok.

Voor de activiteiten waarvoor jullie ons eventueel in de tussenliggende tijd vragen, gelden onze gewone prijzen.

Begeleiding:

Lise Muller en Jivan Mulders

Surf naar www.yod.nl voor uitgebreide informatie over àl onze activiteiten of bel naar 0521-351752 of 06 45245012 voor vragen of aanmelding