

# Op Verhaal komen

Programma 1<sup>e</sup> kwartaal 2012 en verder



## Gemeenschap De Hooge Berkt

Gemeenschap De Hooge Berkt kent speciale programma's voor bezinning, retraite, meditatie, spiritualiteit en meeleefweken rond Kerstmis en Pasen. Deze brochure geeft een korte beschrijving van de mogelijkheden.

Gemeenschap De Hooge Berkt is een christelijke leefgemeenschap die sinds 1967 bestaat en ruim honderd leden kent. Het gemeenschappelijke leven speelt zich af rond de kapel, de eetruimte, de ontvangstruimte en huizen met gastenkamers. De gemeenschap is ontstaan uit gastvrijheid. De kerkelijke achtergrond van de leden verschilt. Het gemeenschappelijke ankerpunt is de doop.

Tot de gemeenschap behoren echtparen, religieuzen, alleenstaanden en gezinnen met kinderen. Een aantal mensen woont in gemeenschappelijke huizen aan de rand van het dorp Bergeijk. Een ander deel woont in het dorp zelf. Ook woont een kleine groep in het Limburgse 'witte stadje' Thorn. Weer anderen wonen elders in Nederland en Vlaanderen.

De spiritualiteit van de Hooge Berkt is gebaseerd op het bijbelwoord:  
*Waar twee of drie in mijn Naam aanwezig zijn, ben Ik in hun midden.*

### In de schijnwerper:

- 4 februari 's morgens: lezing: 'Het belang van het religieuze leven', door dhr. Eric Borgman;
- van 8 – 11 maart: een lang weekend creatief omgaan met de Bijbel: bibliodrama en bibliodans;
- de retraite voor beginners heeft een vervolg gekregen: retraite voor beginners 2 van 25 - 29 april.

De complete informatie hierover vindt u elders in de brochure.

## Bezinning

U kunt in de gemeenschap meeleven om u te bezinnen op vragen rond leven en geloof. Afhankelijk van uw eigen behoefte kunt u persoonlijke begeleiding krijgen.

Een bezinningsperiode kan variëren: van een weekend tot een midweek, een exodus van drie maanden of een sabbatical. De keuze wordt in overleg gemaakt.

De bezinning richt zich op de vraag: 'wat heb ik nodig om mijn weg verder te gaan?' In een bezinningsperiode volgt u het dagritme van de gemeenschap, u neemt deel aan de gezamenlijke maaltijden en u bent welkom in de gebedsdiensten. Er is volop ruimte voor stilte, wandelen of fietsen, studie en meditatie. Naar eigen behoefte bent u aanwezig in de gemeenschappelijke huiskamer voor contact met leden van de gemeenschap en voor ontspanning.

### Kort verblijf: een weekend of een midweek

Samen met uw persoonlijke begeleider bepaalt u de vorm van uw verblijf. Afhankelijk van uw vragen is er de mogelijkheid tot gesprek over wat u bezighoudt. Verder kunt u meedoen met dagelijkse activiteiten van leden van de gemeenschap. Aan het einde van uw verblijf is er een evaluatiegesprek.

### Lang verblijf: een exodus of een sabbatical

Samen met uw persoonlijke begeleider zet u een route uit die bij uw vragen of verlangens past. U leeft als gast bij leden van de gemeenschap. Ook werkt u dagelijks enkele uren mee in huishouden, keuken of tuin. Er bestaat de mogelijkheid tot regelmatige gesprekken om uw verblijf zinvol te laten zijn en uw bezinning verder richting te geven. Samen met leden van de gemeenschap kunt u deelnemen aan een wisselend aanbod van studie en vorming, zoals inleiding in de liturgie, bijbelstudie, bibliodrama en meditatief dansen. Ook kunt u in ons atelier terecht voor kunstzinnige werkvormen, of deelnemen aan een programma iconen lezen. Maar het belangrijkste blijft 'het gewone samenleven' met leden van de gemeenschap als kader voor bezinning.



## Kennismaken en meeleven

U bent altijd welkom om een kijkje te komen nemen en de sfeer te proeven. In de ontvangstruimte staat er koffie klaar en de gebedsvieringen zijn open voor iedereen.

Tijden van de vieringen:

- Op zondagen: Eucharistie om 11.00 uur met gelegenheid tot koffie voor en na de viering
- Op werkdagen: meditatieve vieringen 's morgens om 8.30 uur en 's avonds om 19.15 uur
- Op zaterdagen: 's morgens meditatieve viering om 9.00 uur  
's avonds Lichtdienst om 19.15 uur

Gasten kunnen altijd voor kortere of langere tijd met ons meeleven.

Voor de kerkelijke hoogtijdagen kennen we twee bijzondere mogelijkheden: Kerstmis en Pasen.

### Pasen 2012 in de gemeenschap

Data	april 4 - 9
Tijdstip	aankomst 11.00 uur, vertrek 11.00 uur
Kosten	€ 46,00 per dag

U bent van harte welkom in de Goede Week wanneer we luisteren naar verhalen over Jezus, zijn omgaan met God, zijn bewogenheid met mensen.

Op Witte Donderdag en Goede Vrijdag is er een bijzondere orde van dienst. Paaszaterdag is een stille dag. Als het licht wordt op Paaszondag (omstreeks 5.00 uur 's morgens) vieren we de opstanding van Jezus. Pasen gaat over opstaan tot leven, voor mensen van nu.

Graag nodigen wij u uit om in deze week met ons mee te leven en zo de betekenis van Pasen dieper te beleven. In deze dagen is er ook veel ruimte voor stilte en ontmoeting.

## Retraite

U kunt in de gemeenschap verblijven voor een periode van stille afzondering. Een retraite doet men doorgaans wanneer er een wens is om zich te bezinnen of te verdiepen. Ook kan er in het leven iets gebeuren, waardoor het nodig wordt om te onderscheiden hoe hiermee om te gaan. Een retraite wordt begeleid door ervaringsdeskundigen en geestelijke begeleiders die zelf lid zijn van de gemeenschap. Voorafgaand aan langere retraites vindt doorgaans een kennismakingsgesprek plaats om na te gaan of een periode in stilte op dat moment in iemands leven een goede stap is. Er zijn verschillende mogelijkheden:

<b>4-daagse retraite voor beginners 1</b>	Data	januari 4 - 8, februari/maart 29 - 4; juni 6 - 10
	Tijdstip	aankomst 16.30 uur, vertrek 13.00 uur
	Begeleiding	Lilla Travaille
	Kosten	€ 224,00
	Groepsgrootte	2 tot 6 deelnemers

### *'God lezen in het alledaagse leven'*

Voor wie? Voor beginners als basistoerusting voor een innerlijk leven.

Wat wordt er geboden? Vier stille dagen.

Locatie: gemeenschap De Hooge Berkt, stille workshops o.a. wandelen en creatief, inleidingen en dagelijks persoonlijke begeleiding.

Wat hoop jij te bereiken?

Jouw levenslijnen ontdekken. Een aanzet krijgen om grondbewegingen in jouw wezen te leren hanteren, zoals stilte, aandacht, luisteren, verlangen, gebed, ontvangen en dankbaarheid.

Wat is er voor nodig? Het werkmateriaal bestaat uit voorbeelden van situaties uit eigen leven.

<b>4-daagse retraite voor beginners 2</b>	Data	april 25 - 29
	Tijdstip	aankomst 16.30 uur, vertrek 13.00 uur
	Begeleiding	Lilla Travaille
	Kosten	€ 224,00
	Groepsgrootte	2 tot 6 deelnemers

### *'Word wie je bent'*

Voor wie? Voor beginners die ooit deelgenomen hebben aan de retraite-voor-beginners-1 en hun innerlijke leven verder willen ontwikkelen.

Wat wordt er geboden? Vier stille dagen. Locatie: gemeenschap De Hooge Berkt, stille workshops o.a. wandelen en creatief, inleidingen en dagelijks persoonlijke begeleiding.

Aandacht voor de god-menselijke betrekking in ieders leven

Wat hoop jij te bereiken?

Persoonlijke spiritualiteit op het spoor komen in het alledaagse leven. Een aanzet krijgen om je ziel te gaan ervaren als open plek waar God en mens elkaar (aan-)raken. Enkele grondhoudingen opdelen en verkennen, die helpen om te groeien naar wie je bent.

Wat is er voor nodig? Bekendheid met het materiaal van de retraite-voor-beginners-1.

Voorbeelden van situaties uit eigen leven.

<b>4-daagse 'zinvol ouder worden'</b>	Data	februari 20 – 24
	Tijdstip	aankomst 16.30 uur, vertrek 20.00 uur
	Begeleiding	Jan Rooijackers
	Kosten	€ 224,00

Een retraite voor (bijna) 65-plussers. Na een arbeidzaam leven breekt een nieuwe levensfase aan. Deze duurt tegenwoordig veel langer dan vroeger. Naast de toegenomen vrijheid zijn er ook verliesposten, in status, een leeg huis of een lege agenda. Dit kan beleefd worden als een uitdaging om een nieuwe levensinvulling en -vervulling te vinden. In de retraite wordt gezocht naar een nieuwe basis om vitaal en zinnig naar de eigen toekomst te kunnen kijken. In de retraite is er dagelijks een dagopening en een persoonlijk gesprek.

### 8-daagse retraite

Data	in overleg
Begeleiding	Nel van Cuijk en Tineke Renkema
Kosten	€ 448,00

Een 8-daagse retraite biedt een mogelijkheid om in een klimaat van stilte de relatie met God, de ander en jezelf te verdiepen. De reitraitant wordt uitgenodigd om zich in de meditatie zo in te leven in het Schriftverhaal (of een andere religieuze tekst) dat er een verbinding tot stand komt tussen dit Groot Verhaal en het eigen levensverhaal. Met deze wijze van mediteren, die 'bidden met de Schrift' wordt genoemd, kan men in deze retraite vertrouwd raken.

De retraite vindt in stilte plaats. Elke dag is er persoonlijke begeleiding, waarbij de retraitebegeleider een aantal teksten aanbiedt op basis van wat zich aandient. Bij deze wijze van mediteren wordt ondersteuning geboden. Gaande de weg kan de reitraitant inzicht ontwikkelen in zijn/haar levensvragen (en er eventueel mee leren omgaan) en kan er (verdere) geestelijke groei plaatsvinden.

\*Deze retraite heeft een accreditatie ontvangen voor predikanten en kerkelijke werkers van de PKN.



### 30-daagse retraite

Data	in overleg
Begeleiding	Tineke Renkema
Kosten	in overleg

Een 30-daagse retraite is een veelvragende, maar ook veelgevende vorm van retraite, waarbij je jezelf waagt aan het Schriftverhaal en hieraan verandert. Zij biedt een unieke mogelijkheid om de relatie met God, de ander en jezelf te verdiepen. Het is mede vanwege de duur een zeer intense wijze om 'God te vinden in alles' zoals Ignatius van Loyola voor ogen stond in de Geestelijke Oefeningen. Tijdens de retraite wordt deze wijze van mediteren 'het bidden met de Schrift' grondig ingeoeffend.

Deze retraite vindt in stilte plaats. Elke dag vindt een gesprek plaats, waarbij de retraitebegeleider Schriftteksten ter meditatie aanbiedt op basis van wat zich bij de reitraitant aan innerlijke beweging voordoet. Het onderscheiden van deze verschillende bewegingen is een belangrijk onderdeel van het proces. Juist vanwege dit onderscheiden biedt de 30-daagse een stevige basis op grond waarvan belangrijke levenskeuzes kunnen worden gemaakt. De reitraitant volgt in grote lijnen de fases die terug te vinden zijn in de Geestelijke Oefeningen: uitzuivering; de weg van Jezus; de weg van het lijden; de weg van de liefde. Zo kan de reitraitant een verdieping van zijn geloofsweg gaan.

\*Deze retraite heeft een accreditatie ontvangen voor predikanten en kerkelijke werkers van de PKN.

### Retraite in het dagelijkse leven

Data	in overleg
Begeleiding	Tineke Renkema
Kosten	€ 375,00

U kunt in uw eigen omgeving een langdurige retraite doen van drieëndertig weken. Deze retraitevorm is gebaseerd op de Ignatiaanse Geestelijke Oefeningen en biedt de mogelijkheid om God te leren zoeken en vinden in alle dingen van het leven. Per dag neemt u een half uur de tijd voor meditatie op een (bijbel)tekst die uw begeleider u aanreikt. U komt eens per twee weken naar de gemeenschap voor een persoonlijk gesprek. Daarin gaat het over wat u ervaart in uw dagelijks leven door uw meditatie.

## Meditatie en gebed

### Taiji en Qigong

Data	elke dinsdagmiddag	14.00 - 15.30 uur
	elke donderdagavond	19.45 - 21.30 uur
Begeleiding	Hinneni Peltenburg	
Kosten	€ 32,00 per maand	

### Gebedspraktijk

Data	in overleg	
Tijd	minimaal drie dagen per onderdeel	
Begeleiding	Hinneni Peltenburg	
Kosten	€ 148,00	

'Bidden, hoe doe je dat?' is een vaak gehoorde verzuchting.

Het is mogelijk om bij het begin te beginnen en er enkele dagen voor uit te trekken. Er kan gekozen worden uit drie eenvoudige, maar effectieve oefeningen:

Bidden met een tekst uit de Bijbel

Bidden met het Jezusgebed

Bidden met een icoon of een afbeelding uit de kunst



## Spiritualiteit

### Lezing: 'Het belang van het religieuze leven'

Datum	zaterdag 4 februari
Tijdstip	10.30 - 12.15 uur
Inleider	Eric Borgman
Kosten	€ 8,00

In deze lezing wordt ingegaan op het religieuze leven als leven midden in de wereld. In de jaren vijftig van de vorige eeuw zeiden de Franse priesterarbeiders dat aanwezigheid in de wereld aanwezigheid is bij God. Wat kan dat voor ons betekenen en hoe zouden we vandaag een dergelijk leven kunnen vormgeven?

Eric Borgman is lekenDominicaan en hoogleraar theologie aan de Universiteit van Tilburg. Hij verwierf bekendheid omdat hij theologie betreft op de samenleving en het publieke leven. In zijn bundel artikelen 'Overlopen naar de barbaren' (2009) stimuleert hij het debat over thema's als 'zorg als deel van ons samenleven', 'integratie als maatschappelijke dynamiek' en 'ecologische duurzaamheid.'

### Lang weekend creatief omgaan met de Bijbel: bibliodrama en bibliodans

Data	maart 8 - 11
Tijdstip	aankomst 20.00 uur, vertrek 14.00 uur
Begeleiding	Tineke Renkema en Leonie van Straaten
Kosten	€ 168,00

Werken in de kerk is mooi, maar het vraagt veel. Het is noodzakelijk om af en toe stil te staan bij de eigen roeping, om uit te rusten en nieuwe inspiratie op te doen. Een weekend speciaal voor predikanten, pastores, pastorale werkers en geestelijke verzorgers.

De Bijbel verhaalt levenservaring van mensen, die onderweg zijn in geloof en twijfel, met hoop en wanhoop. Dan ontstaat er een verbinding tussen het grote Verhaal van God met mensen en ons eigen persoonlijke verhaal. Bibliodrama en bibliodans zijn werkvormen die deze herkenning op gang kunnen helpen. In dit weekend zullen we ons begeven in het Exodusverhaal: het verhaal van uittocht uit Egypte (het land van de slavernij), doortocht door de woestijn op weg naar beloofd land. We zullen de kerngedeeltes van dit verhaal lezen en spelen zoals bij bibliodrama gebruikelijk is en daarbij ook de tijd nemen om door expressie en dans te zoeken naar betekenis.

In een evaluatiegesprek wordt teruggekeken op de opgedane ervaringen, met name waar het Schriftverhaal en eigen verhaal elkaar raakten en waar als gevolg hiervan de authenticiteit in de geloofsweg kan groeien.

Dit, omwille van iemands persoonlijke geloofsweg en voor zijn /haar functioneren in het werk. Ook wordt teruggekeken op hoe deze cursus bijdraagt aan de creativiteit in het werk in de gemeente en parochie.

\*In het kader van de Permanente Educatie wordt er aan deelnemers uit de PKN een bewijs van deelname afgegeven.

## Andere mogelijkheden

Naast de genoemde mogelijkheden kunt u ook deelnemen aan activiteiten die wekelijks plaatsvinden, zoals

- Atelier: maandagavond en woensdagmorgen
- Voorbereiding zondagsliturgie: zaterdagochtenden (kijk op de website of het doorgaat)

Ook kan er op aanvraag een groepsaanbod op maat worden ontwikkeld voor bibliodrama of bibliodans.

## Achtergrond begeleiders

Het aanbod wordt uitgevoerd door mensen die lid zijn van de Hooge Berkt Gemeenschap en gekwalificeerd zijn. Hun achtergrond is:

Nel van Cuijk	catecheet
Hinneni Peltenburg	meditatie-trainer, taijwuxigongleraar
Tineke Renkema	psychotherapeut, geestelijk begeleider
Jan Rooijackers	priester
Leonie van Straaten	theoloog met specialisatie dans
Lilla Travaille	geestelijk begeleider



## Kosten

Verblijfkosten	€ 31,00	per dag
Individuele begeleiding	€ 25,00	per dag
Retraite	€ 56,00	per dag inclusief individuele begeleiding
Retraite thuis	€ 375,00	individuele begeleiding (20 sessies)
Taiji en Qigong	€ 32,00	per maand
Gebedspraktijk	€ 148,00	inclusief begeleiding
Lezing	€ 8,00	
Lang weekend creatief	€ 168,00	
Meeleven (Pasen)	€ 46,00	per dag inclusief groepsbegeleiding

N.B. Indien de kosten ernstige problemen geven, is een gesprek hierover mogelijk.



Gemeenschap De Hooge Berkt

Hooge Berkt 16  
5571 TH Bergeijk  
Bogenstraat 26  
6017 AV Thorn

0497 55 17 20  
bergeijk@hoogeberkt.nl  
[www.hoogeberkt.nl](http://www.hoogeberkt.nl)  
bank 10 63 91 380