

GUN JE JEZELF

Jezelf iets gunnen is een teken van grootmoedigheid en een uiting van goedgunstige levensvreugde, waardoor anderen niet worden uitgesloten.
(N. Wolf)



Alles heeft zijn tijd...

Wie zich het volmaakte voorneemt zal nooit tevreden zijn. De hang naar perfectie is de vijand van iedere vreugde.
(N. Wolf)



Drs. **Claudia Theinert** (1962), master in interreligieuze spiritualiteitsstudies en bachelor in theologie; werkzaam als geestelijk begeleidster (opleiding Titus Brandsma

Instituut, Nijmegen), in retraitewerk en in cursussen, lezingen en workshops op het gebied van spiritualiteit.

Website: www.levensmozaiek.nl

Drs. **Johan Muijtens** (1939) is lid van de

Broeders van Maastricht.



Na hoofdacte en lager onderwijs, studie natuurwetenschappen (R.U. Nijmegen). Aanvullende studies in spiritualiteit en geestelijke begeleiding (ISL, Chicago) en menselijke

seksualiteit en spiritualiteit (CISHS, Boston).

Ruime ervaring in begeleiding, organisatie en bestuurlijk werk.

Locatie: Bezinningscentrum

'Onder de Bogen'

St. Servaasklooster 14

6221 TE Maastricht

www.onderdebogen.nl



GUN JE JEZELF
en de tijd om echt te leven

BOURGONDISCH
RETRAITEWEEKEND



Datum:
12 - 14 JUNI 2015



'ONDER DE BOGEN'
MAASTRICHT

GUN JE JEZELF

Wij hebben alles- behalve tijd.

En tijd is het meest kostbare wat er is.

De vraag is: kunnen we in de alledaagse stress nog wel rust vinden?

Tijd voor jezelf hebben - een luxe, of toch een noodzaak voor een gezond en gelukkig leven?

‘We kunnen ons niet losmaken van het tempo van onze wereld. Er staat ons niets anders te doen dan manieren te zoeken om binnen de tijdsdruk ‘tijd voor onszelf’ te vinden. Leven heeft tijd nodig. Als ik me geen tijd meer gun, dan is mijn leven weinig meer waard. ‘
(Notker Wolf)

We willen dit weekend de tijd nemen om op een ontspannen manier bij onszelf te zijn en ons de tijd gunnen om te ontdekken wat wij nodig hebben om echt te kunnen leven.



“Alles heeft zijn tijd ... “ (Prediker)

Elementen van dit weekend

- ontspannen tijd voor jezelf
- rust voor lichaam en ziel
- gemeenschappelijke meditaties en meditatieve dagopening en dagsluiting
- korte inleidingen
- wandeling naar de Sint Pietersberg met een schitterend uitzicht over Maastricht, waarna
- echte Limburgse vlaai (of iets anders) in het Grand-Café Buitengoed Slavante
- s’avonds: uitwisseling van ervaringen bij een glaasje wijn of Trappistenbier

- op zondag: o.a. mogelijkheid om samen met de zusters de eucharistie te vieren in hun kloosterkerk



Het Stille- en Beziingscentrum ligt als een oase van rust midden in de bedrijvigheid van de stad Maastricht. De kloostertuin grenst aan de historische stadsmuren en nodigt uit tot meditatie, rust en bezinning.

Begeleiding:

zr. Claudia Theinert en
br. Johan Muijtjens

Begin: 18.00 uur;
einde: ca. 14.30 uur

Kosten: € 230,-

(Alle kamers zijn voorzien van een eigen douche/wc.)

Aanmelding / Informatie

Bij voorkeur via website
www.levensmozaiek.nl



zr. Claudia Theinert
tel.: 043-8795607
info@levensmozaiek.nl

br. Johan Muijtjens
tel.: 043-6311792
j.muijtjens@debeyart.net