

Kosten

De kosten van de totale week, op basis van volpension zijn EUR 650,= p.p. Hierbij zijn inbegrepen de kosten van het chalet (7 overnachtingen), het cursusprogramma (6 dagen), het eten en drinken tijdens het cursusprogramma, linnengoed en het gebruik van alle voorzieningen op Les Renardières (zwembad, fietsen, etc.).

De coach om je hierin te begeleiden is Christine Sonius. Christine is een orthopedagoge die sinds 20 jaar werkt als psychotherapeute. Een echte ervaringsdeskundige die vanuit haar intuïtie zorg draagt voor lichaam en ziel en alles wat daar tussen zit. Zij kent de kracht van bewustwording, van liefde en van verantwoordelijkheid te nemen voor jezelf. Ze heeft twee volwassen kinderen, die grote leermeesters voor haar zijn geweest, evenals al haar cliënten.



Hoe te reserveren?

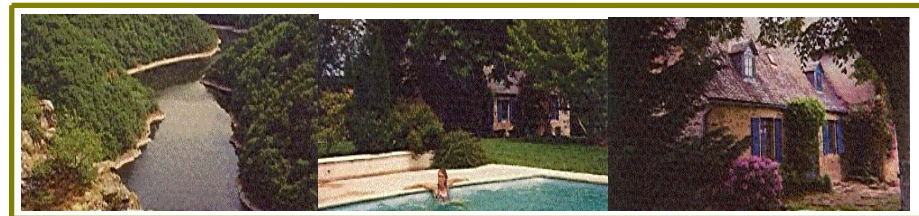
Voor meer informatie of om te reserveren kun je bellen of mailen naar Les Renardières of naar Christine Sonius.

Begeleider: Christine Sonius, Ravensbos 85, 2134 TP Hoofddorp.
Tel : 023 5615127 Fax : 023 5655578 e-mail: christinesonius@planet.nl

Gastvrouw Les Renardières: Jacqueline Flapper, 19300 Moustier Ventadour, France. Tel : +33 555 932536 e-mail: Renardieres@wanadoo.fr

Na ontvangst van je reservering ontvang je van ons een bevestiging met de betalingsvoorwaarden en de routebeschrijving.

Wij behouden ons het recht voor prijzen te wijzigen. Op alle afgesloten contracten zijn onze algemene voorwaarden van toepassing.



LES RENARDIERES

Coucou - een nadere kennismaking met jezelf



Ontmoet de liefde van je leven....kijk in de spiegel!

Een groeiweek met een combinatie van innerlijk kind werk en familieopstellingen

En toen zei ik tegen mezelf: "Kom naar de aarde mijn liefste, want daar speelt het leven zich af en ontmoet de liefde van je leven, jij!!"

Ons innerlijk kind

De ervaringen die we als kind opgedaan hebben, gaan een heel leven lang mee en zijn vaak onbewust de drijfveren voor veel van onze handelingen. Ons kleine kind zoekt de beste manier om aandacht en liefde te ontvangen (door bijvoorbeeld altijd maar lief en schattig te zijn, stoer, flink, lastig, afwezig, altijd proberen om papa en mama gelukkig te maken) maar stopt hierdoor veel van zijn werkelijke gevoelens weg

Je ontwikkelt een patroon om te overleven. Vroeg of laat begint dit patroon te knellen, het "past" je niet meer. Dit kan zich uiten in diverse vormen zoals overreacties, angsten, dwangmatig eten, drinken, slaapstoornissen, woede uitbarstingen en perfectionisme. Het verwonde kind laat zich horen. Het vraagt aandacht, liefde en zorg, die het vroeger nooit gehad heeft.

Door met je innerlijke kind beelden aan de slag te gaan, maak je contact met gevoelens uit de kindertijd. Door bewustwording en inzicht wordt jouw innerlijke volwassene wakker en ben je beter in staat voor jezelf te zorgen en jouw eigen liefste te worden.

Familie-opstellingen: de invloed van het familiesysteem

Iedere familie bezit een sterk gevoel van saamhorigheid, ongeacht hoe het er aan de oppervlakte uitziet, ongeacht of de familieleden dat ook zo ervaren of weten. Met noemt dit de "familiegroepsziel". Dit systeem is voortdurend op zoek naar evenwicht en verlangt dat niemand buitengesloten of vergeten wordt, dat onrecht vergolden wordt en gevoelens niet onderdrukt worden.

Kinderen nemen onderdrukte gevoelens over en leven ze uit als waren ze van henzelf of ze identificeren zich met vergeten of buitengesloten familieleden en nemen hun lot, schuld of wraak over. Het verrassende is dat je deze familieleden niet eens hoeft te kennen of zelfs maar van hun bestaan af te weten. Zo kunnen deze verstrikkingen, meestal volledig onbewust, van generatie op generatie doorgegeven worden. Zo draagt ieder een innerlijk beeld met zich mee van de familie van herkomst. Dit beïnvloedt in sterke mate het verloop van onze levens. Deze visie op en het werk met familiesystemen is ontwikkeld door Bert Hellinger.

In de workshop maken we met behulp van de deelnemers familieopstellingen naar dat innerlijke beeld. Verbluffend is dat de representanten dezelfde gevoelens en onderlinge

verhoudingen ondergaan als de oorspronkelijke familieleden. Door de posities te veranderen wordt geprobeerd de juiste ordening te vinden. Door "oplossende uitspraken" kan een nieuw innerlijk beeld ontstaan met meer ruimte voor respect en liefde. De werkwijze biedt een diep inwerkende ervaring, die niet alleen ingrijpt op persoonlijk niveau, maar ook op de familiegroepsziel.

Het blijkt dat deze ervaring voor alle aanwezigen indrukwekkend is; je krijgt diep inzicht en voeling met de verborgen kracht van familiesystemen, waardoor veel van je eigen situatie verhelderd en opgelost kan worden. Ieder denkbaar probleem kan ingebracht worden: zoals onverwerkte rouw, opvoedingsproblemen, relatieproblemen, ziektes, werk, etc. Door dit inzicht gaan mensen in hun persoonlijke groei met sprongen vooruit

Wanneer en voor wie?

De week is van 23 – 30 augustus 2003, en is voor volwassenen. Je hebt geen ervaring in meditatie of therapie nodig. Er is in totaal plaats voor 12- 16 personen.

Waar?

Op Les Renardières, een beschutte plek gevat in de ongerepte natuur van de Corrèze in Frankrijk. Daar waar de Dordogne ontspringt, in het hart van Frankrijk. Een gebied waar de rust nog doorklinkt in het levensritme. Met de 'mas' (maison) als middelpunt en daaromheen verspreid zes 'gites', eenvoudige met Franse charme ingerichte chalets waarin je je direct thuis voelt.

Les Renardières ligt op 8 km van Egletons (tussen Brive en Clermont Ferrand). Hier adem je mee op het ritme van de natuur. Door de stilte in jezelf toe te laten en heel dicht bij de natuur te leven vind je weer een stukje innerlijke rust en kom je in een dieper contact met jezelf.

Deze week is een cadeau aan jezelf. Ex-deelnemers ervaren dit nog jaren later!