

Robbert van Bruggen (1959) nam vanaf begin jaren 80 deel aan- en begeleidde verschillende vormen van retraite; van *Enlightenment Intensive*, *Isolation groups*, *Vipassana*, *Zen* tot *groepsgerichte- en individuele Soefi retraites*. Hij was ruim 20 jaar verbonden met het soefisme van zijn leraar Pir Vilayat Inayat-Khan. Zijn liefde voor de schoonheid en het krachtige transformatieproces van retraite kreeg in 2012 vorm als 'Ineenhutjeopdehei', dat open toegankelijk wil zijn en een vrije ruimte voor zingeving zonder specifieke religieuze klankkleur. Robbert begeleidt zowel individuele-, groeps- en organisatieretrites; zowel voor particulieren als professionals die transformatie zoeken en zich willen bevrijden van de 'innerlijke opjutter' in zichzelf en de kramp afgescheiden te zijn.

Naast het begeleiden van retraites werkt Robbert als senior-coach & (leer)supervisor. Als begeleidingskundige (MHOB) & consultant houdt hij zich bezig met de transformatie van belemmerende cultuurpatronen in organisaties; en het 'reanimeren' van MT's met behulp van een door hem ontwikkelde Spiegelzaal.

Hij doet promotieonderzoek naar de 'moedeloosheid & verlamming' van professionals in organisaties. Zijn missie is het bevrijden van 'het subjectieve hart' van de *verkreupelende* identificatie met rationaliteit; en het ontspannen in de authenticiteit van Eenheid.

Robbert heeft een aards soefi-hart en spiegelt met humor de creatieve kramp van het 'ik'.



'*Re-treat je Hart*' is een stilte-retraite waarin groepsmeditatie wordt afgewisseld met individuele afzondering, oefeningen en meditaties uit het Soefisme, Zen & Advaita Vedanta, wandelingen in de natuur en individuele ontmoetingen met Robbert.

Aanvang: woensdag 3 februari 16.30.  
Einde: zondag 7 februari 15.00  
Locatie: Kadampa Meditatie Centrum  
in Schin op Geul (Zuid-Limburg)

Informatie en aanmelding:  
Per email: [wilnu@ineenhutjeopdehei.nl](mailto:wilnu@ineenhutjeopdehei.nl)  
Voor vragen: 0624678735 tussen 20.00-21.00

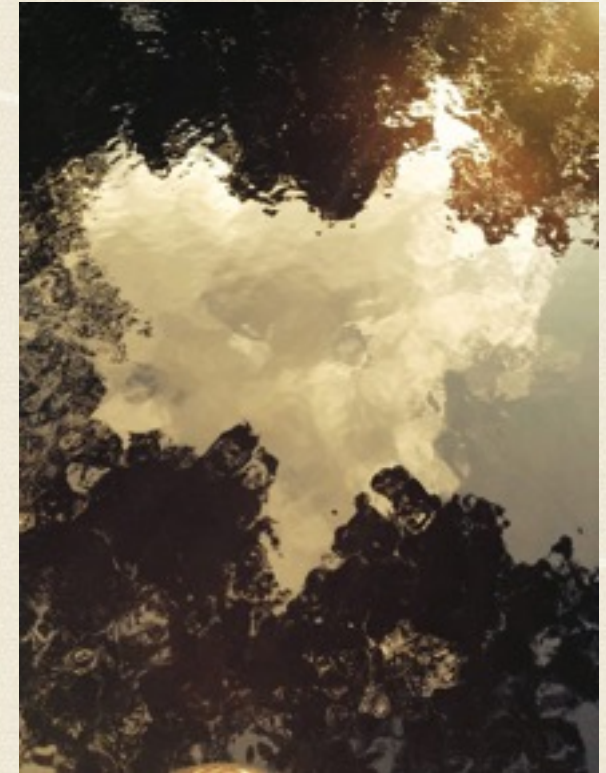
Deze **4-daagse retraite** is residentieel; de prijs is incl. alle teachings, groepssessies, individuele begeleiding, vegetarische maaltijden, koffie, kruidenthee, vier overnachtingen bedraagt € 475 *excl. btw.* (op basis van gedeelde 2 pers. kamers; een eigen kamer met douche, toilet en wastafel tegen bijbetaling van slechts € 45,- voor de gehele duur van de retraite).

Over te maken op IBAN NL97 INGB 0004 7459 39 t.n.v. Spiegelzaal te Nederweert; o.v.v. *Re-treat je Hart februari 2016* (wacht na aanmelding op de factuur)

Aanmelding is een feit na inschrijving per email plus overmaking van een deposito van 250 euro. Het resterende bedrag dient bijgeschreven te zijn voor 22 januari 2016 Na aanmelding ontvangt je een factuur en bevestigingsbrief met alle praktische informatie.

*Annulering voor 15 januari is kosteloos. Na die datum t/m 22 januari wordt het deposito ingehouden voor gemaakte kosten; bij annulering na 22 januari is het totaalbedrag verschuldigd, tenzij anders afgesproken.*

## RE-TREAT JE HART



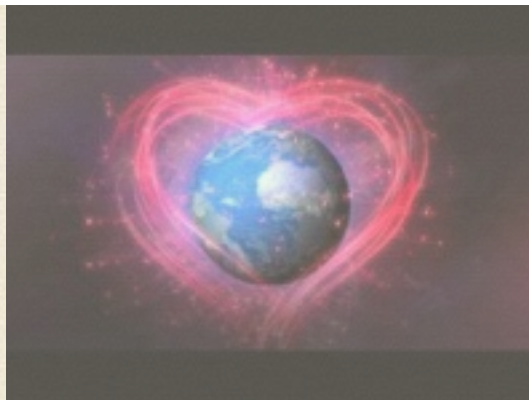
### vierdaagse stilte-retraite

woensdag 3 - zondag 7 februari 2016

met

ROBBERT VAN BRUGGEN





Deze 4-daagse stilte-retraite is de uitnodiging om gehoor te geven aan de innerlijke roep om de transformatie die zich kennelijk op dit moment in jouw leven heeft aangediend in de vorm van verlies van zingeving of een vaag verlangen naar anders, dat niet te ontkennen valt.

Het is de overgave aan het proces waarin het vertrouwde 'ik' waarmee je je tot nu toe identificeerde 'niet meer wil zoals het wilde' en dat onhoudbaar barstjes begint te tonen zonder dat je weet waar je al brokkelend zult belanden.

Verlies van 'zin' vraagt om specifieke omstandigheden zoals een stilte-retraite, waarin ook alle sociale neigingen even achtergelaten worden. Waardoor het lonkende Zwart van het 'niet weten' betreden kan worden; om ruimte te geven aan de transformatie die kennelijk wil plaatsvinden. Een transformatie waarin inspiratie en een nieuw gevoel van richting gevonden wordt. Met een levend innerlijk kompas waarmee je met iedere stap die je zult zetten weet of die vanuit een 'ja' of 'nee' gebeurt; omdat je de waarachtigheid wilt (be)leven van jouw unieke mens-zijn.

Ineenhutjeopdehei is een Open Ruimte voor spirituele zingeving en transformatie vanuit de levende ethiek van het menszijn binnen het Ene Leven; ze representeert geen specifieke religieuze organisatie, maar respecteert de levende essentie van alle slingerpaden, wegen en scholen.

# RE-TREAT JE HART

## EEN VIERDAAGSE STILTE-RETRAITE

*Een retraite is het grootste cadeau dat je jezelf kunt geven!*

Als je het leven wilt *be*-leven vanuit innerlijke stilte, in plaats van de stress van de vertrouwde opjutter in je; en je je wilt laten bewegen door de stille hints van binnenuit, in de aanvaarding van het leven zoals het zich voordoet; kom dan naar deze retraite. Deze wordt gehouden in Kadampa, in het prachtig glooiende Limburgse landschap, direct gelegen aan het snelstromend riviertje de Geul.

### JE TERUGTREKKEN IN RETRAITE

In de eerste fase ontstaat en beproeving van je intenties en een reiniging. In een sfeer van stilte en afzondering wordt je uitgenodigd diep in jezelf te gaan en al wat opkomt aan gevoelens of kramp te ervaren zonder oordeel of speciale betekenis. Als vanzelf dienen deze 'sluiers' zich aan. Essentie is dat al het 'tijdelijke' waarvan je bent gaan geloven dat jij het bent, onder ogen ziet en het laat 'zijn' zonder iets te hoeven veranderen. Deze soms louterende of emotionele reiniging wordt ondersteund met individuele- en groepsoefeningen, afgewisseld met periodes van stilte en afzondering.

### OVERGAVE AAN DE STILTE

De retraite verdiept als we ons meer en meer kunnen overgeven aan de Stilte in onszelf. Onze vertrouwde 'kramp van afgescheiden zijn' dragen we als iets dat er volledig mag zijn zoals het is. Het proces waarin emoties en gedachten komen en gaan wordt ondersteund met oefeningen die gericht zijn op het openen van het Hart en individuele ontmoetingen met de begeleider. In de Stilte ontdekken we dat het 'zwart' waar we bang voor zijn, in werkelijk de poort naar het nieuwe is. Door te durven verwijlen in het 'niet weten' openbaart zich het verfijnde licht van onze 'ziel'.

### DE IMPULS WORDT GELEefd EN BELEefd

Op natuurlijke wijze ontspannen we in het achterliggend getuige-bewustzijn, en worden we ons gewaar van fluisteringen, van een verlangen, misschien in flarden van beelden of een emotie waarin we ervaren: 'ja, dit is wie ik ben en dit is mijn missie in het leven'. Als de zetel van onze waarneming is gezakt van ons hoofd naar ons hart, begint het onze cellen te doorstromen. Het belichamen van onze innerlijkheid vanuit de stilte; dit is je ware soevereiniteit! Niet vanuit het hoofd maar IN het lijf. Er wil iets leven, beleefd worden en jij mag dat volgen; in je menszijn uitdrukken, authentiek, in wisselwerking met anderen - het wonderlijke Spel van het leven door & als jou!

