

Programma: Summerschool Vrijheid en inspiratie

Datum: 24 t/m 28 juli 2023

Docent: Rogier Huffnagel

In deze summerschool gaan wij het 'avontuur van bewustzijn' aan. Het wordt onze persoonlijke ontdekkingsreis naar wie we zijn, naar onze vrijheid en onze inspiratie. Het programma wordt vloeiend opgebouwd gedurende de vijf dagen. Wij onderzoeken de aard van ons eigen bewustzijn, de verschillende vormen van onze intelligentie en de werking van onze 'mind', die bestaat uit onze gedachten. Wat is ons verhaal en wat voor overtuigingen stimuleren of beperken ons? Stap voor stap bevragen we onszelf en de ander. Wie zijn wij in onze rol met onze motivatie en talenten en hoe geven we daarmee ons leven vorm?

In de vijf dagen wisselen wij persoonlijk onderzoek af met experimentele oefeningen, groepsdialogen en af en toe een inspirerende filosofische verhandeling vanuit verschillende tradities. Rode draad vormt zelfreflectie en uitwisseling, waarbij wij ook de kracht van meditatie en stilte ervaren. Voorbereiding is niet nodig, onbevangenheid wel.

De route van het programma loopt via de volgende thema's, 'Mijn bewustzijn en vermogen tot reflectie', 'Naar mijzelf en mijn verhaal', 'Where is me?' en uiteindelijk 'Vrijheid en inspiratie'. 's Avonds wordt het programma afgewisseld met een film.

Maandag 24 juli	Mijn bewustzijn en vermogen tot reflectie. Introductie, mijn verschillende zelden en vormen van intelligentie, mijn overvloed, de abstractieladder van Peter Senge over de werking van mentale processen, de rol van onze mind, gedachten en oordeelsvorming, ons vermogen tot reflectie, doen versus zijn.
09.45 uur	Aankomst met koffie/thee
10.30 uur	Introductie
11.30 uur	Koffie/thee
11.45 uur	Vervolg cursus
13.00 uur	Lunch
Vanaf 14.00 uur	Mogelijkheid tot inchecken op de hotelkamer
14.30 uur	Vervolg cursus
16.00 uur	Koffie/thee
16.15 uur	Vervolg cursus
17.30 uur	Aan de bar
18.00 uur	Diner

20.00 uur	Vervolg cursus
21.30 uur	Einde programma van dag 1 / aan de bar

Dinsdag 25 juli	Naar mijzelf en mijn verhaal. Op deze dag gaan we onszelf onderzoeken aan de hand van het verhaal dat we over onszelf hebben geconstrueerd. Dit doen we aan de hand van de piramide van inspiratie en de route van het waartoe naar het waar, mijn levensverhaal, mijn talenten en kernkwaliteiten aan de hand van het kernkwadrant van Daniel Ofman, mijn ode.
Vanaf 07.00 uur	Ontbijt
09.30 uur	Start programma
11.00 uur	Koffie/thee
11.15 uur	Vervolg cursus
12.30 uur	Lunch
14.00 uur	Vervolg cursus
15.30 uur	Koffie/thee
15.45 uur	Vervolg cursus
17.00 uur	Aan de bar
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Vervolg cursus
21.30 uur	Einde programma van dag 2 / aan de bar

Woensdag 26 juli	'Where is me?' Mijn verlangen, de rol van belemmerende overtuigingen en hoe deze om te buigen aan de hand van The Work van Byron Katie, wie ben ik zonder deze belemmerende overtuigingen en wat doe ik dan?
Vanaf 07.00 uur	Ontbijt
09.30 uur	Start programma
11.00 uur	Koffie/thee
11.15 uur	Vervolg cursus
12.30 uur	Lunch
14.00 uur	Vervolg cursus
15.30 uur	Koffie/thee
15.45 uur	Vervolg cursus
17.00 uur	Aan de bar
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Vervolg cursus
21.30 uur	Einde programma van dag 3 / aan de bar

Donderdag 27 juli	Vrijheid en inspiratie. Waar zit mijn vrijheid, hoe raak ik geïnspireerd en hoe inspireer ik?
Vanaf 07.00 uur	Ontbijt
09.30 uur	Start programma
11.00 uur	Koffie/thee
11.15 uur	Vervolg cursus
12.30 uur	Lunch
14.00 uur	Vervolg cursus
15.30 uur	Koffie/thee
15.45 uur	Vervolg cursus
17.00 uur	Aan de bar
18.00 uur	Diner
20.00 uur	Vervolg cursus
21.30 uur	Einde programma van dag 4 / aan de bar

Vrijdag 28 juli	Afronding. Wrap up en afronding, 72 aforismen voor een licht leven.
Vanaf 07.00 uur	Ontbijt en uitchecken
09.30 uur	Start programma
11.00 uur	Koffie/thee
11.15 uur	Vervolg cursus
12.30 uur	Lunch
Aansluitend	Einde cursus