

# Programma: Summerschool Vrijheid en inspiratie

**Datum: 26 t/m 30 augustus 2024**

**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.

---

<b>Maandag 26 augustus</b>	<b>Mijn bewustzijn en vermogen tot reflectie.</b> 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
<b>10.30 uur</b>	Introductie
11.30 uur	Koffie/thee
<b>11.45 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
13.00 uur	Lunch
Vanaf 14.00 uur	Mogelijkheid tot inchecken op de hotelkamer
<b>14.30 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
16.00 uur	Koffie/thee
<b>16.15 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
17.30 uur	Aan de bar
18.00 uur	Diner

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

<b>Dinsdag 27 augustus</b>	<b>Naar mijzelf en mijn verhaal.</b> 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
<b>09.30 uur</b>	<b>Start programma</b>
11.00 uur	Koffie/thee
<b>11.15 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
12.30 uur	Lunch
<b>14.00 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
15.30 uur	Koffie/thee
<b>15.45 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
17.00 uur	Aan de bar
18.00 uur	Diner
<b>20.00 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
21.30 uur	Einde programma van dag 2 / aan de bar

<b>Woensdag 28 augustus</b>	<b>'Where is me?'</b> 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
<b>09.30 uur</b>	<b>Start programma</b>
11.00 uur	Koffie/thee
<b>11.15 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
12.30 uur	Lunch
<b>14.00 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
15.30 uur	Koffie/thee
<b>15.45 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
17.00 uur	Aan de bar
18.00 uur	Diner
<b>20.00 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
21.30 uur	Einde programma van dag 3 / aan de bar

<b>Donderdag 29 augustus</b>	<b>Vrijheid en inspiratie.</b> Waar zit mijn vrijheid, hoe raak ik geïnspireerd en hoe inspireer ik?
Vanaf 07.00 uur	Ontbijt
<b>09.30 uur</b>	<b>Start programma</b>
11.00 uur	Koffie/thee
<b>11.15 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
12.30 uur	Lunch
<b>14.00 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
15.30 uur	Koffie/thee
<b>15.45 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
17.00 uur	Aan de bar
18.00 uur	Diner
<b>20.00 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
21.30 uur	Einde programma van dag 4 / aan de bar

<b>Vrijdag 30 augustus</b>	<b>Afronding.</b> Wrap up en afronding, 72 aforismen voor een licht leven.
Vanaf 07.00 uur	Ontbijt en uitchecken
<b>09.30 uur</b>	<b>Start programma</b>
11.00 uur	Koffie/thee
<b>11.15 uur</b>	<b>Vervolg cursus</b>
12.30 uur	Lunch
<b>Aansluitend</b>	<b>Einde cursus</b>