

## 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)

*Wordt stil en kom thuis tot jezelf.*

*Verteer je krachten niet*

*in het lawaai van de wereld.*

*Het is goed, wanneer je je werk doet,*

*je taken en plichten vervuld*

*en het is belangrijk, dat je het graag doet.*

*Maar ga niet op*

*in hetgeen er buiten is*

*maar neem je steeds weer terug.*

*Verzamel je gedachten*

*zoek je eigen diepte*

*en zoek naar het midden van je wezen*

*en je leven.*

*Vanuit dit midden*

*zul je de maatstaf vinden*

*voor dat, wat werkelijk belangrijk is*

*voor de vervulling,*

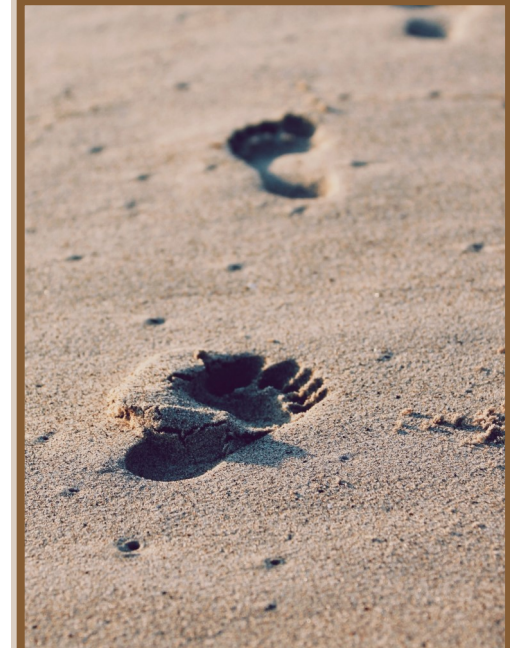
*voor de heelheid van je leven.*

**Locatie:** Beziinningscentrum  
'Onder de Bogen'  
St. Servaasklooster 14  
6221 TE Maastricht  
[www.onderdebogen.nl](http://www.onderdebogen.nl)



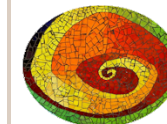
Alleen maar  
**STILTE ...**

**stilteweekend**



**Datum:**

**20 MAART -  
22 MAART 2020**



**Levensmozaiek**

- wegen tot bezielend leven

## Alleen maar STILTE

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?

Alleen maar stilte ...

geen lawaai, geen drukte ...

geen onnodige prikkels ...

Stilte nodigt je uit om op een ontspannen manier bij jezelf te zijn en te luisteren naar hetgeen er in jou tot leven wil komen en wat echt belangrijk is in je leven.



### Elementen van deze midweek:

- ontspannen tijd voor jezelf
- rust voor lichaam en ziel
- gemeenschappelijke meditaties en meditatieve dagopening en dagsluiting
- korte inleidingen
- stilte en persoonlijke reflectie
- mogelijkheid voor persoonlijk gesprek



Het Stille- en Bezinningscentrum 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:

Claudia Theinert en  
Johan Muijtjens

Begin: 17.30 uur;  
einde: ca. 14.30 uur

**Kosten: € 240,-**

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

### Aanmelding / Informatie

[info@levensmozaiek.nl](mailto:info@levensmozaiek.nl)

[www.levensmozaiek.nl](http://www.levensmozaiek.nl)



zr. Claudia Theinert

tel.: 043-8795607

[info@levensmozaiek.nl](mailto:info@levensmozaiek.nl)

br. Johan Muijtjens

tel.: 043-6311792

[j.muijtjens@debeyart.net](mailto:j.muijtjens@debeyart.net)