

Afzendadres : «Het Rustpunt»
Burgstraat 46
9000 GENT
Tel. 09/225 95 71



Rustpunt

Tijdschrift Karmelitaans Centrum voor verstillig en verdieping



Driemaandelijks tijdschrift augustus - september - oktober 2017

JG.13
NR. 3

www.rustpunt.net

Afgiftekantoor : 9099 Gent X
Erkenning : P303461

Voor info en inschrijvingen:



"Het Rustpunt"
Burgstraat 46
9000 GENT
TEL. 09/225 95 71

Onze website is te bezoeken op
www.rustpunt.net
E-mailadres : **info@rustpunt.net**

Werkten mee aan dit nummer:

P. Piet Hoornaert -
Bea Geysen - Kristien Verhoeyen -
en vele vrijwilligers die ons hielpen
voor de verzending.

Edito.

Solidariteit overwint de onverschilligheid.

Solidariteit onder mensen blijkt in deze tijd nu en dan heel nadrukkelijk. Herinner je maar aan "De Warmste Week van Music For Life" (december) dat honderdduizenden mensen kon aanspreken via de media, waaraan vele "prominenten" hun deelname verzekerden en waarvan de ruime financiële opbrengst meer dan 1000 zeer gevarieerde goede doelen op het oog had. Knap.

Maar vergeet niet dat die solidariteit vaak ook - het jaar door - op een bescheiden en volgehouden wijze plaats heeft, kleinschalig. Je mag je terecht verheugen over de inspanning die gedaan wordt om armen en daklozen op te vangen en een goede maaltijd aan te bieden; over de tijd die mensen nemen om op bezoek te gaan bij gevangenen, bij zieken in het ziekenhuis, bij bejaarden in woon- en zorgcentra of bij mensen - alleen thuis - die uitkijken naar een ontmoeting; over de eenvoudige maar hartelijke contacten in de families en met de burens ter gelegenheid van feestdagen. Gastvrijheid en barmhartigheid overwint de onverschilligheid.

Loopt alles dan prima? Waar welt de bron op van deze goedheid, waarheid, schoonheid en van liefde en wederzijdse betrokkenheid ?

Met een naam en een gezicht.

Hoe zit die westerse mens vandaag in elkaar? Hoe zit God in elkaar? In een uitgave van het Centrum voor Christelijk vormingswerk van het bisdom Gent, "Met een naam en een gezicht", word je verteld dat voor een moderne mens geloven in God niet vanzelfsprekend is. Maar wél bron van groot geluk, van zinvol leven en van inzet voor een betere wereld, zeg ook maar solidariteit.



Het Rustpunt

Karmelitaans Centrum voor verstillig en verdieping.

inhoudstafel

2	Edito.
7	Wat is er te doen?
12	Als je senior wordt of al bent...
12	10 tips om burn-out te vermijden.
13	Lach je even mee?
15	Circulatieplan Gent

legende

	reeks
	cursus
	leesnamiddag
	wandelactiviteit of rondleiding
	nieuw

Steeds minder mensen in onze samenleving zijn met geloof vertrouwd. Ook binnen de Kerk zelfs hebben mensen het er moeilijk mee om bijbels in een unieke liefdevolle, persoonlijke en trouwe God te geloven. Ze ervaren onmacht daarbij. Waarom is dat vandaag zo?

Allereerst is er de hedendaagse mentaliteit die wij onbewust voortdurend inademen. Moderne mensen bekijken de wereld vaak vanuit hun louter verstand en wetenschap. Ze organiseren hun leven zelfstandig en vrij. Ze willen geen betutteling. Eén van de bekendste uitspraken van de Engelse wetenschapper Stephen Hawking, de zogezegde échte slimste mens ter wereld, is: *“God is overbodig. Voor het ontstaan van het universum hebben we geen God nodig”*. Hier lijkt hij toch als wetenschapper wel zijn boekje te buiten te gaan, want God heeft deze schepping zeker écht verlangd en Hij draagt het hele proces continu van A tot Z. Maar mensen slikken zo’n uitspraak van een astrofysicus wél als zoete Sinterklaaskoek.

Geloven houdt dus een andere liefdevolle, benadering in van werkelijkheid die ons omringt. Deze is namelijk veel groter dan welke wetenschap ook, ooit kan analyseren en beheersen. De wetenschap is wel belangrijk, maar moet toch nederig blijven, zeker als het uitspraken betreft om het bestaan van God. Want God heeft zichzelf wel aan mensen geloofwaardig en bij herhaling geopenbaard als liefde; zelf heel persoonlijk in Jezus, Gods Zoon! Ook dat is werkelijkheid. Het is een bescheiden God die met ons in een hechte relatie wil treden die voor ons als mens werkelijk bevrijdend is. Maar Hij blijft toch altijd nog altijd groter dan wat we van Hem kunnen begrijpen met ons verstand en van Hem kunnen ervaren. Zo getuigt bv de 16e-eeuwse Spaanse kerkleraar Joannes van het Kruis (1542-1591).

Echt geloven is nooit vanzelfsprekend geweest. Het blijft een sprong, een waagstuk. Ook in onze huidige cultuur is het dus niet evident om te geloven. Onze westerse cultuur vindt haar kern niet bij God. Die wetenschap en techniek richten zich op onze vooruitgang en emancipatie. Wat ons overkomt, wordt zogezegd verklaard door de wetenschap, niet door de godsdienst.

Godsdienst wordt nu dikwijls gewantrouwd als een bron gewetensdwang, onredelijkheid en bijgeloof. Deze kritiek op de godsdienst vindt zeker ook haar oorsprong bv in een onwaarachtige beleving van het evangelie, in argwaan tegenover vernieuwing, in arrogantie tegenover buitenstaanders en in gebrek aan dialoog.

Daarom wenst de bisschop van Brugge, Mgr. Lode Aerts, vooral het geloof in God helpen herstellen: *“We moeten onze positie als christen hervinden. We moeten zelf het vertrouwen terugvinden in God”*.

Missen wij God, is Hij overbodig ?

Deze God lijkt dus wel een vreemdeling geworden in onze cultuur. Toch blijft geloven in God een echt geschenk.

Rob Riemen (°1962) is een cultureel filosoof en directeur van het Nexus Instituut. Anno 2017 blijkt dat zijn publicaties en lezingen sinds ruim 20 jaar een grote voor spellende kracht hadden. Zélf relativeert hij zijn belangrijkheid. Hij vindt dat inderdaad nog het meest verbazingwekkende, dat alles wat hij zegt, slimmere mensen voor hem al gezegd hebben. Zelfs Socrates bv en de kerkvaders hebben al gewaar schuwd voor wat hij nu toch ook als zorgwekkend aankaat.

Hoeveel mensen - alleen al in Europa - leven niet onder de armoedegrens? Je kunt de angst zien in de ogen van mensen en de onzekerheid over de toekomst bij jongeren. Je ziet het nieuws op televisie of internet met brutale, weezinwekkende daden van terreur, beelden en getuigenissen over de oorlog, over de vluchtelingenstroom, over het kerkhof in de Middellandse zee ... Zo stipt bv bisschop Luc Van Looy (Gent) aan.

Ieder van ons heeft zijn eigen zorgen, maar er zijn zorgen die ons allemaal aangaan. In onze steden groeit de multiculturele en multireligieuze samenleving. We weten dat het een rijkdom is. maar het vraagt ook veel aandacht, openheid en waardering. We moeten eraan wennen dat ook onze buren mensen uit andere culturen zijn, die onze taal (nog) niet machtig zijn. We zijn ons ook bewust van sociale problemen: werkgelegenheid, sluiting van bedrijven en ontslagen, lange files in het verkeer, onverschilligheid tegenover de politiek... Het weegt allemaal!

Het vraagt inspanning om de ideeën te begrijpen van iemand die niet *"van mijn gedacht"* is of van mijn partij. Willen we een voorspoedige samenleving uitbouwen, dan is het essentieel om met elkaar in dialoog te blijven. Wie droomt er niet van een open en verdraagzame samenleving?

Zo bijvoorbeeld. De huidige elite mist toch een gevoel van een gedeelde verantwoordelijkheid. De gewone man lijkt wat in de steek gelaten. Het is zoiets als *"ieder voor zich"* geworden. En omdat God niet meer bestaat, hebben we zelfs die niet meer voor ons allen. Missen we God? Heel erg. Het is in Europa blijkbaar moeilijk om nog over God te spreken. Daarom spreken veel mensen liever in termen van de grote humanistische waarden. Maar je kan er niet onderuit: als het idee van een transcendente God verdwijnt, blijft alleen de allerindividueelste subjectiviteit over - *"zoek het zelf maar uit"* - en daar worden we niet beter van.

Verblind door wetenschap, techniek en geld.

Veel mensen hebben het moeilijk omdat ze niet meer worden geleid door geestelijke waarden. De maatschappelijke verantwoordelijken lijken verblind, gedomineerd te zijn door die zgn. *"positieve"* wetenschappen, techniek en geld. Geld, kapitalisme is zelfs een religie geworden. Dat werkt heel goed, maar alleen voor winnaars. Mensen die er zich heel goed in thuis voelen. Wat het nog erger maakt: dat is een wereldbeeld geworden.

We weten ondertussen dat de *"zorg om de ziel"* belangrijk is : de zoektocht naar wijsheid. Maar precies dat doet onze wereld niet voldoende meer. Ziel? Waar hebben we het over. Wijsheid? Europa is wel geboren uit de zorg om de ziel. Dit houdt de eeuwige vraag in: hoe kun je mens worden? Je wordt geboren met je instincten en driften, maar je bent ook een wezen dat besef heeft van waarheid, schoonheid, vrijheid, rechtvaardigheid ... De wereld van het denken, van de kunsten, van de godsdienst vooral kan ons helpen die ziel te cultiveren. Dit kan ons maken tot wie we zouden willen zijn. En ook nu zijn er *'leiders'* aan wie we moreel gezag kunnen toekennen, zoals Paus Franciscus en vroeger ook al wijze kerkleraars.

Openstaan voor het nieuwe.

Zo was kerkleeraar Sint-Jan van het Kruis vervuld en blij met de H. Geest die hem doorwaide. Zijn gedicht Levende Vlam van Liefde toont dat overduidelijk. God de H. Geest maakte hem vurig, deed hem hopen, liet hem een nieuw perspectief zien, een

omvorming meemaken in zijn ervaren van God.

Het 'waaien' van de Geest roept ook ons voortdurend op om de toekomst open te houden, om open te staan voor het nieuwe. Toekomst is wezenlijk wat op ons toekomt. Heel de Bijbel spreekt van ervaringen van uittocht en bevrijding waarin zich een God van belofte openbaart. Daarom zijn wij christenen hoopvolle mensen, uitkijkmensen. Wij leven in de verwachting van Gods toekomst. Ons geloof in Vader, Zoon én Geest "is de vaste grond voor wat wij hopen, het bewijs van wat wij nog niet zien" (Heb 11,1).

Deze christelijke hoop is niet evident. Ze wordt namelijk door de feiten tegengesproken. Elke dag worden we geconfronteerd met 'slecht' nieuws: rampen, misdaden, ziekte, oorlog, armoede, verontreiniging, fraude, misbruik, racisme, economische crisis, depressie ... In onze nochtans 'rijke' westerse samenleving heerst een zeker pessimisme. Wie verwacht dat het morgen beter zal zijn? Wie acht onze leiders in staat het tij te keren? Op dit punt dreigt een sfeer van berusting, van wanhoop, van cynisme zelfs te ontstaan. In elk geval leeft er een fundamenteel wantrouwen tegenover de toekomst in het algemeen. Ook wij delen daarin. Ook wij voelen onvrede en zijn ongerust voor wat er met ons en met kinderen en kleinkinderen kan gebeuren.

Een klein meisje van 'niks'

Toch hoopt de christen "tegen alle hoop in" (Rom 4,18). De Franse dichter Charles Péguy beschrijft in één van zijn mooiste bundels daarom de hoop als een klein meisje: "Geloof en liefde zijn als vrouwen. Hoop is een heel klein meisje van niks, dat opstapt tussen deze twee grote vrouwen". Inderdaad, hoop lijkt onooglijk, nietig en zwak. En toch. Het is juist dat kleine meisje hoop dat haar grote zussen meetrekt en niet omgekeerd. Het kind geeft aan het gedrag van de volwassenen richting. De hoop is de motor die alles op gang trekt. Het geloof is de oorsprong. De liefde is 'nu'. De hoop laat zien, soms even, wat in het leven mogelijk is. Dan raakt je als mens niet vertwijfeld of geneigd het maar op te geven of zich in het verworvene te nestelen.

Bea Geysen en Kristien Verhoeven, verantwoordelijken



P. Piet Hoornaert, karm.




Een **volledig** overzicht van
AL onze activiteiten
kan je steeds terugvinden
op onze website: www.rustpunt.net
of in onze brochure 'Jaarprogramma 2017'.

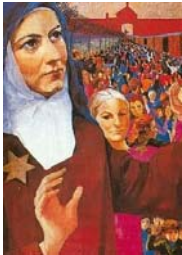


Wat is er te doen?

VOORMIDDAGEN

<p>Op aanvraag voor groepen</p> <p>NIEUW</p>  <p>van 10u30 tot 13u30</p>	<p>Kristien Verhoeyen</p>	<p>Karmelieten in 't lang.</p> <p>Tijdens ons bezoek aan het Karmelietenklooster kiezen we voor onthaasting en herbronning! In het hart van Gent ontvangt de karmelietengemeenschap ons graag. We wandelen door de mooie kloostertuin, vernemen waar de leeuwen van Keizer Karel precies verbleven, nemen een kijkje in de bibliotheek, de grafkelder en de pandgang en brengen een bezoek aan de kerk. Na de wandeling stillen we onze honger met een heerlijke maaltijd.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Start 10u30 - Duur: 3 uur ■ Prijs: 30 €, incl gids, soep, hoofdgerecht met een drankje en dessert ■ Enkel op aanvraag bij Het Rustpunt ■ Min. 8 personen ■ Folder op aanvraag 	<p>DEELNAME: € 30.00</p>
<p>Op aanvraag voor groepen</p> <p>NIEUW</p>  <p>van 10u30 tot 12u00</p>	<p>Kristien Verhoeyen</p>	<p>Karmelieten in 't kort.</p> <p>Tijdens ons bezoek aan het Karmelietenklooster kiezen we voor onthaasting en herbronning! In het hart van Gent ontvangt de karmelietengemeenschap ons graag. We wandelen door de mooie kloostertuin, vernemen waar de leeuwen van Keizer Karel precies verbleven, nemen een kijkje in de bibliotheek, de grafkelder en de pandgang en eindigen met een echte Triple Karmeliet.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Start 10u30 - Duur: 1,5 uur ■ Prijs: 12 €, incl gids en een Triple Karmeliet met kaas ■ Enkel op aanvraag bij Het Rustpunt ■ Min. 8 personen ■ Folder op aanvraag 	<p>DEELNAME: € 12.00</p>
<p>1 okt</p>	<p>Bea Geysen</p>	<p>Meditatieve wandeling.</p> <p>Elk seizoen maken we een stille wandeling in een stukje ongerepte natuur: "Bourgoyen - Ossemeersen" te Gent. Als je meditatief wandelt, valt dat doel weg. Het wandelen zelf is het doel... We stappen wat langzamer dan normaal en in stilte. We gebruiken onze zintuigen vanuit volledige aanwezigheid. Meditatief wandelen werkt louterend voor je lichaam, geest en ziel.</p> <p>Wandelen in de natuur heeft het vermogen om je bij je basis te brengen, bij je rust en vertrouwen. Je beleeft de natuur vanuit wie je bent of waar je met je aandacht zit.</p>	<p>DEELNAME: € 10.00 dauw-trip + ontbijt</p>

 <p>van 7u00 (stipt) tot 10u00</p>		<p>Wandelen haalt de haast uit je hoofd. Die haast verdwijnt uit je hoofd als je wat langer te voet gaat. Opgaen in het landschap schiept mogelijkheden tot verdieping. Je tempo verandert. Je zintuigen gaan anders waarnemen: je krijgt weer oog voor het wonder van de schepping en jouw verbondenheid daarmee.</p> <p><i>Praktisch:</i> Voor de dauwtrip starten we om 7u00 aan de "Bourgoyen" (ingang aan de watermolen). De wandeling duurt ongeveer 1 uur. Daarna gaan we naar de eetplaats van 'Het Rustpunt' om samen te genieten van een feestelijk ontbijt.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Start om 7u00 aan de 'Bourgoyen' (ingang aan de watermolen Mahatma Gandhistraat 32, 9000 Gent). ■ Deelname: € 10.00 ter plaatse te betalen voor de wandeling met ontbijt. ■ Folder op aanvraag 	<p><u>PLAATS:</u> Bourgoyen-Ossemeersen Mahatma Gandhistraat 9000 Gent</p>
---	--	---	--

NAMIDDAGEN

<p>18 sept 16 okt 20 nov 18 dec</p>    <p>van 14u00(stipt) tot 16u00</p>	<p>Dr. Ilse Kerremans</p>	<p>Edith Stein en Karmel.</p> <p>We verdiepen ons verder in een van de belangrijke werken van Edith Stein: "Wetenschap van het Kruis. Studie over Johannes van het Kruis". In een brief uit 1958 schrijft Hedwig Conrad Martius, vriendin den meter van Edith Stein: "Zoals ik reeds vermeld heb in het voorwoord van de publicatie van de brieven van Edith Stein aan mij; is de zonet vernoemde Wetenschap van het Kruis, met een blijkbaar koele objectiviteit in de voorstellingswijze, welke op haar beurt overeenstemt met de fenomenologische houding, voor diegene die daarvoor een gevoel heeft, doorgloed van een innerlijke overgave die haar oorsprong vindt in de eigen mystieke ervaring. Hier valt de grote, zelf zo geheimvolle 'objectieve' mystiek van de karmel samen met de door Edith Stein blijkbaar persoonlijk beleefde mystiek."</p> <p>In deze leesnamiddagen proberen we achter deze koele objectiviteit te komen om niet alleen Edith Stein als mystica te ontdekken maar we verdiepen ons ook in het werk van haar geestelijke vader, Johannes van het Kruis.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Folder op aanvraag 	<p><u>DEELNAME:</u> € 7,00 per namiddag of</p> <p><u>PLAATS:</u> conferentie-zaal Burgstraat 46 9000 Gent</p>
---	---------------------------	--	---

MIDWEEKDAGEN

<p>18 aug</p> <p>van 10u00 (stipt) tot 16u00</p>	<p>Dhr. Leo Fijen</p>	<p>Loslaten en thuiskomen.</p> <p>Loslaten en thuiskomen. Dat zijn thema's waar iedere mens mee te maken krijgt. Iedereen staat soms voor de vraag: hoe laat ik mijn werk los, wanneer durf ik mijn hart te volgen, hoe weet ik dat ik de juiste keuze maak en waar kom ik thuis? Is er een thuiskomen voor het sterven? En wat moet er gebeuren voordat een mens thuis mag komen? Tv-journalist Leo Fijen liet zijn fel begeerde baan bij journalistieke programma's los en koos voor een kleine uitgeverij. Hij schreef daarover meer dan 20 brieven aan Mgr Gerard de Korte die van het kleine naar het grootste bisdom in Nederland promoveerde. Samen dachten ze hardop na over loslaten en thuiskomen. De brieven zijn uitgegeven in een boek dat veel lezers aanspreekt. Leo Fijen behandelt in een spirituele context alle stadia van loslaten en thuiskomen en neemt natuurlijk zijn nieuwste boek mee.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ <i>Kans tot vraagstelling en uitwisseling</i> ■ <i>Folder op aanvraag</i> 	<p><u>DEELNAME:</u> € 32.00 warm middagmaal inbegrepen</p> <p><u>PLAATS:</u> Zaal Conferentie-zaal Burgstraat 46 9000 Gent</p>
<p>12 okt</p> <p>van 10u00 (stipt) tot 16u00</p>	<p>E.H. Jozef Hanssens</p>	<p>De nieuwheid van Jezus van Nazareth, 2000 jaar geleden en vandaag.</p> <p>Voor het eerst tot het christelijk geloof komen of het geloof van je kinderjaren herontdekken gebeurt langs een vernieuwde kennismaking met de persoon van Jezus zoals hij in de evangelies, in de handelingen en in de brieven van de apostelen oplicht.</p> <p>Terugkeren naar deze oorspronkelijke getuigenissen is een voorwaarde om tot vernieuwd geloof te komen in de seculiere wereld van vandaag. Dit vernieuwd geloof leidt tot vernieuwde hoop, vertrouwen, weerbaarheid, echte vrijheid en een meer dan gewone liefde. De verwondering over Jezus' houding van gegeven liefde en barmhartigheid licht ook op in authentiek gelovige mensen vandaag. De geweldloze weg die Jezus van Nazareth is gegaan wordt bijvoorbeeld op een nieuwe wijze ontdekt in mensen die zich vandaag inzetten voor verzoening, gerechtigheid, vrede en heil van de schepping.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ <i>Kans tot vraagstelling en uitwisseling</i> ■ <i>Folder op aanvraag</i> 	<p><u>DEELNAME:</u> € 32.00 warm middagmaal inbegrepen</p> <p><u>PLAATS:</u> Zaal Conferentie-zaal Burgstraat 46 9000 Gent</p>



<p>23 nov</p> <p>van 10u00 (stipt) tot 16u00</p>	<p>Etienne Amand</p>	<p>De onhoorbaar levende trilling van het lichaam.</p> <p>Een verborgen onmetelijke kracht van leven openbaart zich in het fysieke menslichaam. Een kracht die zich vanuit een levende oerbron manifesteert tot belichaamd leven. Het menselijk bestaan bekomt zo de volheid van zijn drie-eenheid: 'lichaam – ziel – geest'.</p> <p>Dit is de rode draad van deze stille midweekdag. Het is geen studie-, maar eerder een ervaringsdag. Ontvankelijk worden voor de onhoorbaar levende trilling van het lichaam. Stilte, enkele eutonische oefeningen en korte inspirerende impulsen vormen de bedding om de onhoorbare klank van de immer aanwezige trillende levenskracht in het bewustzijn te laten openbloeien.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ <i>Gedeeltelijk in stilte</i> ■ <i>Folder op aanvraag</i> 	<p><u>DEELNAME:</u> € 32.00 warm middagmaal inbegrepen</p> <p><u>PLAATS:</u> Zaal Conferentie- zaal Burgstraat 46 9000 Gent</p>
<p>25 nov</p> <p>van 10u00 (stipt) tot 16u00</p>	<p>Dhr. Willy Eurlings & Dhr. Dirk Doms</p>	<p>Themadag rond Thomas Merton: op zoek naar de kern...</p> <p>In de ochtend is er een lezing waarin, na een kort overzicht van Mertons levensloop, een beeld geschetst wordt van zijn werk aan de hand van een aantal belangrijke teksten van hem. De manier waarop hij tegen geloven en religie aankeek en zijn zoektocht naar waar het in religie en in ons leven om gaat, staan daarbij centraal. Hopelijk wordt dat een voorproefje om daarna Merton zelf (weer) te gaan lezen.</p> <p>In de middag willen we stilstaan bij fragmenten uit Mertons correspondentie, die zeer omvangrijk was. Zo correspondeerde hij met andere zoekers uit veel religieuze tradities (christenen, joden, moslims, boeddhisten), literatoren, dichters, vredesactivisten en soms ook met een jong meisje dat hem een brief stuurde.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ <i>Gedeeltelijk in stilte</i> ■ <i>Folder op aanvraag</i> 	<p><u>DEELNAME:</u> € 32.00 warm middagmaal inbegrepen</p> <p><u>PLAATS:</u> Zaal Conferentie- zaal Burgstraat 46 9000 Gent</p>



WEEKENDEN

weekend retraite	Dr. Gerbert Bakx	Gelukkig zijn <i>wil</i> toch zeker iedereen?	<u>DEELNAME:</u> € 250.00
van vr 13 okt tot zo 15 okt		<p>Jazeker, en gelukkig zijn als het leven meezit, <i>kan</i> ook iedereen, net zoals iedereen kan zeilen bij mooi weer. Maar gelukkig <i>zijn</i> is niet hetzelfde als geluk <i>hebben</i> en een levensvisie die het mogelijk maakt ook voor geluk te kiezen als het leven <i>niet</i> meezit en men dus geen geluk <i>heeft</i>, wordt in onze samenleving al te weinig systematisch en ordentelijk aangeleerd en voorgeleefd. De meesten onder ons moeten de nodige levenswijsheid dan ook met schade en schande bij elkaar zien te sprokkelen. Als uw huidige <i>modus operandi</i> niet tot de gewenste resultaten leidt, is de filosofie waar u mee leeft misschien aan een revisie toe.</p> <p>De Strategie van het Geluk spiegelt geen nieuwe illusies of mythen voor, geen simplistische tegeltjeswijsheden, geen magische alternatieve praktijken of snelle wonderremedies en geen (pseudo) spirituele vluchtwegen. Zij berust op een <i>bewustzijnsfilosofie</i> en een <i>bewustzijnspraktijk</i> en op het ontwikkelen van de intellectuele, emotionele en sociale vaardigheden die noodzakelijk zijn om te kunnen kiezen voor meer aandacht en een liefdevoller aanvaarding van het leven, voor minder kwetsbaarheid en meer veerkracht, voor meer kwaliteitsvolle en meer productieve manieren van leven, voor persoonlijk geluk, voor een stimulerende opvoeding van jongeren, voor het inspirerend begeleiden en leiding geven aan anderen en voor het creëren van meer verbindende relaties. Het is zonder meer de kortste weg naar een onvoorwaardelijk en onverstoortbaar geluk.</p> <p>■ <i>Gedeeltelijk in stilte</i></p>	<p><i>Bedlinnen, handdoeken en honorarium incl.</i></p> <p><u>PLAATS:</u> conferentiezaal Burgstraat 46 9000 Gent</p>
weekend retraite	Groep Prisma	<u>Identiteit en relatie.</u>	<u>DEELNAME:</u> € 220.00
van vr 17 nov tot zo 19 nov		<p>Hoe leren we ons positief te verbinden met anderen? Het heeft te maken met het feit of we zelf genoeg in onze identiteit staan. Dan zal ik me door de anderen niet laten opsorpen en mijn energie verliezen, maar zal ik tevens mijn angst verliezen om met anderen verbindingen aan te gaan. Ik zal ook vrijer worden en de andere niet nodig hebben om iets te vervangen dat ik in mijn leven nooit gehad heb (bv. liefde en bevestiging in het gezin van oorsprong). Zo leren we omgaan met verschillende gevoeligheden in de relaties en mechanismen van co-dependentie te doorzien.</p> <p>■ <i>Kans tot uitwisseling en begeleiding</i> ■ <i>Gedeeltelijk in stilte</i></p>	<p><i>Bedlinnen, handdoeken en honorarium incl.</i></p> <p><u>PLAATS:</u> conferentiezaal Burgstraat 46 9000 Gent</p>



VIJFDAAGSE

vijfdaagse retraite van ma 21 aug tot vr 25 aug	Groep Prisma	<u>Wat doe ik met mijn leven?</u> Het goede dat ik wil, doe ik niet, zegt Paulus. Wat hindert me om het goede te realiseren wat ik wil? Ja, wat wil ik eigenlijk met mijn leven? Hoe kan ik mijn verlangens en behoeften leren ontdekken? Wat komt er als een boemerang steeds terug? Waar blokkeer ik mezelf in mijn eigen energie? Hoe kan ik visie krijgen voor mijn eigen leven, mijn dromen leren ontwikkelen en concreet stappen zetten? Waar vind ik steunpunten en hoe leer ik vertrouwen te ontwikkelen? Hoe ontdek ik wat God voor mij wil? <ul style="list-style-type: none"> ■ <i>Gedeeltelijk in stilte (ontbijt en middagmaal in stilte)</i> ■ <i>Mogelijkheid tot persoonlijk gesprek met de begeleider.</i> 	<u>DEELNAME:</u> € 320.00 Bedlinnen, handdoeken en honorarium incl. <u>PLAATS:</u> conferentie-zaal Burgstraat 46 9000 Gent
vijfdaagse retraite van ma 2 okt tot vr 6 okt	P. Wilfried Rossel	<u>Bijbelse voorstelling van Maria, moeder van Jezus.</u> Wat zegt de bijbel over Maria? Zij is verpersoonlijking van het godsvolk. Meer dan op haar nederigheid en gehoorzaamheid van de schijnwerper op haar geloof in profetische. In het Magnificat komt zij krachtig naar voor. Dit loflied uit de mond van Maria is en blijft een inspiratiebron van eigentijds gebed. <ul style="list-style-type: none"> ■ <i>Gedeeltelijk in stilte</i> 	<u>DEELNAME:</u> € 320.00 Bedlinnen, handdoeken en honorarium incl. <u>PLAATS:</u> conferentie-zaal Burgstraat 46 9000 Gent
vijfdaagse retraite van ma 23 okt tot vr 27 okt	P. Georges Vervust	<u>Het koninkrijk van God is midden onder u. (Luc. 17,21)</u> In alles wat Jezus zegt en doet kondigt Hij het Rijk van God aan, als een realiteit die nu reeds aanwezig is, en die in het bereik ligt van wie er wil binnengaan. Daartoe nodigt Hij op veel manieren uit. Aan de hand van wat de evangelies ons hierover berichten, stellen wij ons open voor dit Goede Nieuws en proberen wij te zien hoe het Rijk van God ook vandaag aanwezig is, in onze wereld en in ons leven. Wij spiegelen ons aan mensen, die Jezus oproept om in het Godsrijk binnen te gaan, en die deze uitnodiging al dan niet ter harte nemen. <ul style="list-style-type: none"> ■ <i>Volledig in stilte</i> 	<u>DEELNAME:</u> € 320.00 Bedlinnen, handdoeken en honorarium incl. <u>PLAATS:</u> conferentie-zaal Burgstraat 46 9000 Gent

ACHTDAAGSE

achtdaagse retraite van ma 4 sept tot di 12 sept	P. Reimond Hoornaert	<u>Maar wie zijt Gij, heilige Geest?</u> De heilige Geest vertrouwt ons aan elkander toe in wel en wee als broers en zusters in onze samenleving. We delen het leven met elk-ander in eerbied voor elkaars eigenheid, in vriendschap en daadwer-	<u>DEELNAME:</u> € 450, handdoeken en honorarium incl.
--	----------------------	--	--



		<p>kelijk solidariteit. We worden daarbij bewogen door die heilige Geest van vrede en waarachtige menselijkheid. We schenken onszelf weg aan zijn Liefde om dan zijn goddelijke vreugde door te geven. "Kom heilige Geest, en ontsteek in ons hart het vuur van uw Liefde".</p> <p>■ <i>Volledig in stilte</i></p>	<p><u>PLAATS:</u> conferentie-zaal Burgstraat 46 9000 Gent</p>
--	--	--	---

ALS JE SENIOR WORDT OF AL BENT ... 😊

Als je ouder bent, moet je sterker in je schoenen staan dan ooit.
 Want ... als jongeren moe zijn, zijn ze aan vakantie toe.
 Als ouderen moe zijn, zegt men: ze takelen af.
 Als jongeren bezwaar maken, zijn ze alert.
 Als jongeren verliefd worden, voelen ze zich jong.
 Als ouderen verliefd zijn, vindt men dat kinderachtig.
 Als bij jongeren iets mislukt, zegt men "Volgende keer beter".
 Als dat bij ouderen gebeurt, zegt men "Laat maar, het heeft toch geen zin meer".
 Als jongeren iets vergeten, zegt men "Ze hebben het zo hectisch druk".
 Als ouderen iets vergeten, zegt men "Ze worden dement".
 Als jongeren depressief zijn, hebben ze een probleem.
 Als ouderen depressief zijn, moeten ze niet zeuren.

10 TIPS OM BURN-OUT TE VERMIJDEN

1. Las op tijd en stond een rustpauze in. Neem tijd om van stressvolle situaties te bekomen.
2. Probeer voor jezelf op te lijsten wat bij jou stress veroorzaakt. Probeer wat al te veel energie kost eventueel te schrappen of te verminderen in het lijstje.
3. Stel prioriteiten. Wat is voor jou belangrijk? En maak een planning op. Durf ook eens "neen" zeggen.
4. Maak die planning niet te strak. Laat ruimte vrij voor onverwachte gebeurtenissen.
5. Ga na of de verwachtingen naar jezelf toe ook realistisch zijn. Praat hierover met anderen om dat af te toetsen.
6. Probeer niet te 'multitasken', maar ga gestructureerd te werk. Doe de dingen één voor één. Dat zorgt voor orde in het hoofd.
7. Stel niet uit. Laat kleine taken niet liggen tot ze één grote berg worden. Doe ze meteen, zodat alles vlot en efficiënt verloopt.
8. Maak genoeg tijd vrij voor de dingen die je leuk vindt, want die geven je energie.
9. Eet gezond en leef gezond, want je fysieke draagkracht heeft ook een invloed op je mentale gezondheid.
10. Slaap voldoende.



Indien je in de toekomst liever het tijdschriftje digitaal wenst te ontvangen dan kan je steeds je voorkeur ingeven via onze website: www.rustpunt.net onder de rubriek **programma-> tijdschrift**

Dit kan ook wanneer je de digitale versie ontvangt en toch liever het tijdschrift weer met de gewone post wenst te ontvangen.

Lach je even mee?

In de kleedkamer van de lokale voetbalclub

gaat een mobiele telefoon af, en alle mannen luisteren mee met het gesprek dat Karel vervolgens voert.

Karel: "Hallo?"

Vrouw: "Schat, ik ben het. Ben je nog op de voetbalclub?"

Karel: "Ja".

Vrouw: "Ik ben aan het winkelen en heb net een prachtige leren jas gezien, voor maar 999 euro. Mag ik die kopen?"

Karel: "Natuurlijk lief ... als jij hem mooi vindt".

Vrouw: "Ik ben ook nog even langs de Mercedesdealer gegaan en heb de nieuwste modellen gezien. Er was een hele mooie bij!"

Karel: "Hoeveel kost ie?"

Vrouw: "80.000 euro".

Karel: "Oké, maar voor die prijs wil ik wel alle accessoires erbij".

Vrouw: "Geweldig! O ja, nog één ding ... het huis dat we vorig jaar wilden kopen staat opnieuw te koop. De vraagprijs is 950.000 euro".

Karel: "Goed, breng maar een bod uit van 900.000 euro".

Vrouw: "Oké. Tot vanavond. Ik hou van je!"

Karel: "Ik ook van jou ... Dag schat!"

Hij sluit de gsm af en ziet de andere mannen met open mond naar hem staren. Dan vraagt hij onnozel: "Weet iemand van wie deze gsm is?"

Een wijze Pater Franciscaan in bruin habijt met kap en met witte koord om het middel, komt aan de hemelpoort en belt aan om binnen te mogen. Sint-Pieter opent de zware deur, aarzelt, is zenuwachtig en vraagt de pater om op een bank te gaan zitten en wat te wachten. Want Sint-Pieter is gestresseerd omdat er een groot feest is voor de H. Drieuldigheid: hij moet de logistiek ter harte nemen, de afspraken voor de keuken verzorgen en de repetitie leiden van koren van de engelen. Even later komt een minzame Pater Kapucijn, ook in zijn bruin habijt met witte koord, eveneens aanbellen. "Je zult hier moeten wachten van Sint-Pieter", roept de Franciscaan hem al toe vanaf zijn wachtbankje op een grote wolk. Inderdaad. Sint-Pieter is kort van stof en vraagt ook de tweede pater te antichambrenen, tot hij voor hen beiden wat tijd zal vinden.

Nu komt een Pater Karmeliet in bruin habijt en witte mantel aan die hemelpoort. De twee andere paters roepen hem bij zich en lichten hem volledig in over de drukte in de hemel, naar aanleiding van die grote feestelijkheid, waar Sint-Pieter blijkbaar de handen aan vol heeft. De Karmeliet denkt even na en neemt dan de beide paters mee tot vóór de hemelpoort. Hij vraagt hen - links en rechts van hem - plat op de grond te gaan liggen met de kap van hun habijt over het hoofd getrokken. Dan belt hij aan. Vlug grijpt hij, links en rechts van hem, het dikke witte koord vast die loopt over de rug van de beide bruine paters en die vast rond hun middel zit. Zo tilt hij hen met grote inspanning omhoog. Sint-Pieter opent opgewonden en met verward hoofdhaar de hemelpoort. Direct zegt de Karmeliet met hijgende stem: "Sint-Pieter, ik kom van de traiteur met die grote bestelling voor de keuken". De mond van Sint-Pieter valt open. Met een brede glimlach sleurt de Karmeliet zijn "traiteurslevering" vlug langs Sint-Pieter. Zo geraken die drie gelukkige bruine paters de hemel binnen! Amen.

Een man brengt samen met zijn hond een bezoekje aan de bioscoop. Tijdens de film lacht de hond uitbundig op grappige momenten. Als het ontroerend wordt, begint het dier klaaglijk te huilen. Dit gaat zo de hele tijd door. De hond lacht en huilt telkens op de juiste momenten. Na afloop van de film stapt een man, die achter hen zat, op hen af en zegt: "Dat was toch werkelijk fantastisch". "Dat is zeker", antwoordt de hondenbezitter, "hij vond het boek namelijk maar niks".

"**Is dit goed voor rode mieren?**" vraagt een klant in een tuincentrum terwijl hij een doos insectenverdelger omhoog houdt". "Nee", zegt de verkoper, "daarvan gaan ze dood".

Twee beren staan toe te kijken hoe een groep jongeren zich in een bos zit te bezatten. De ene beer wendt zich tot de andere en zegt: "We geven ze een half uur. Ze smaken beter als je ze zo even laat marineren".

Een maritiem bioloog vertelt zijn vrienden over zijn meest recente onderzoeksresultaten. "Sommige walvissen kunnen over een afstand van bijna 500 kilometer met elkaar communiceren", zegt hij. "Wat moet de ene walvis over zo'n afstand nu tegen de andere zeggen?" vraagt een weetgrage vriend. "Ik weet het niet zeker", zegt de deskundige, "maar het klinkt ongeveer als: 'En kun je me nu al horen?'"



Het Rustpunt

Karmelitaans Centrum voor verstillings en verdieping.

INSCHRIJFFORMULIER VOOR EEN KORTE ACTIVITEIT

Terug te sturen naar *Het Rustpunt*, Burgstraat 46, 9000 GENT.

Naam (in drukletters) :
Voornaam :
Geboortejaar :
Levensstaat (omcirkel) : heer - mevrouw - echtpaar - priester - diaken - religieus(ze) - student(e) - ...
Straat en nr. :
Postnummer en Gemeente :
Telefoon :
E-mail :

Ik schrijf in voor volgende activiteit (omcirkel wat van toepassing is) : avond - namiddag - midweekdag - reeks
van (naam van de begeleider) :
op.....(dag) in de maand

Enkel in te vullen bij een midweekdag (kleur de gepaste bolletjes zwart)

- Ik volg een medisch dieet (onderstreep wat van toepassing is) vetarm - suikerarm - zoutarm
- Het is de eerste keer dat ik kom
- Ik wens tijdens de midweekdag een kamer ter beschikking te hebben (supplement € 7,00)

Deze activiteit kost €Ik betaal dit nog vandaag per overschrijving op
IBAN BE 68 4419 0145 8134 - BIC KREDBEBB
van "*Het Rustpunt*" met vermelding van mijn naam en de activiteit(en) waarvoor ik inschrijf.

Datum :

Handtekening :



INSCHRIJFFORMULIER VOOR EEN MEERDAAGS VERBLIJF

Terug te sturen naar *Het Rustpunt*, Burgstraat 46, 9000 GENT.

Naam (in drukletters) :
Voornaam :
Geboortejaar :
Levensstaat (omcirkel) : heer - mevrouw - echtpaar - priester - diaken - religieus(ze) - student(e) - ...
Straat en nr. :
Postnummer en Gemeente :
Telefoon :
E-mail :

Ik schrijf in voor volgende activiteit (omcirkel wat van toepassing is) : achtdaagse - vijfdaagse - weekend -
andere meerdaagse van (naam van de begeleider) :
van tot..... (dag en maand)

(kleur de gepaste bolletjes zwart)

- Ik ben bereid in de bijgebouw 'Nazareth' te overnachten, 2 kamers gelijkvloers, douche en wc op de gang.)
- Ik stap nogal moeilijk en ben aangewezen op een kamer die met de lift toegankelijk is
- Ik ken het huis
- Het is de eerste keer dat ik kom
- Ik volg een medisch dieet (onderstreep wat van toepassing is) : vetarm - suikerarm - zoutarm - vegetarisch

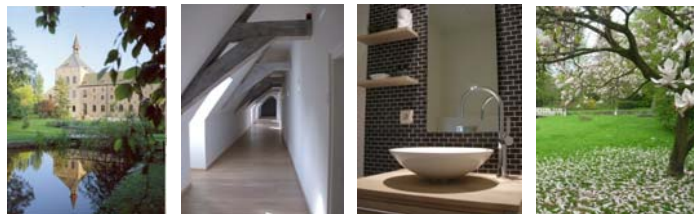
Ik wacht op een bevestigend antwoord, daarna betaal ik het volledige bedrag per overschrijving.

Datum :

Handtekening :

CIRCULATIEPLAN & BEREIKBAARHEID Het Rustpunt

Vertrouw **NIET** op
Je GPS als je toe-
stel de laatste
maand niet is
ge-update met het
nieuwe
circulatieplan aub.



Je logeert in “Het Rustpunt” – PARKING Tuin, Adres: Prinsenhof 39 – 9000 GENT

E17 → Volg richting E40 OOSTENDE

Op de **E40**, neem afrit nummer **13** DRONGEN en volg GENT

U komt op de Drongensteenweg na ongeveer 6 à 8 km, volg deze weg.

Aan de verkeerslichten neemt u naar RECHTS (Rooigemlaan)

Volgende verkeerslichten: neem LINKS (Nieuwewandeling)

Volg deze straat over de brug van de “Coupure” tot aan de volgende lichten.

NEEM NU RECHTS (Brugsepoortstraat)

Ongeveer 50 meter verder, neem links: smal straatje (Begijnengracht)

EN RIJ RECHTDOOR DE Burgstraat IN

Neem in de BURGSTRAAT voorbij de parking en de kerk van de Karmelieten 3^e straat LINKS: (GEWAD), volg deze straat voorbij het kruispunt met de “Abrahamstraat”, de baan LINKS aanhouden naar Prinsenhof. Na 50 m. ziet u links een rood hekken met opschrift “Paters Karmelieten”, rij binnen en volg de instructies.

Je verlaat PARKING tuin “Het Rustpunt”

Neem onmiddellijk links bij het verlaten van “Het Rustpunt” in het “Prinsenhof”, neem links tot op het einde en neem terug links “Simon de Mirabellostraat”. Einde = “Rabotstraat”, (let op: TRAM) neem rechts en u volgt tot u terug op de binnenring R40 komt (verkeerslichten). Linksaf is alle richtingen zowel E40 als E17 via Nieuwewandeling.



Je komt per trein

Neem station “Gent Sint-Pieters”. Bij het verlaten van het station vindt u links, **TRAM 1** (Wondelgem of Evergem). Stap af aan de halte “Burgstraat”, keer 50m terug naar het onthaal van het klooster van de Karmelieten.

Je keert terug per trein

Neem **TRAM 1** in de Burgstraat: FLANDERS EXPO tot aan het Sint-Pietersstation.



Het Rustpunt

Karmelitaans Centrum voor verstillings en verdieping.



Activiteitenkalender

DATUM	ACTIVITEITEN	BLZ.
18 augustus	Midweekdag - Dhr. Leo Fijen	P. 8
21 augustus	Vijfdaagse - Groep Prisma	P. 10
4 september	Achtdaagse - P. Reimond Hoornaert	P. 11
18 september	Leesnamiddag Edith Stein - Ilse Kerremans	P. 7
1 oktober	Meditatieve wandeling - Bea Geysen	P. 6
2 oktober	5 daagse - P. Wilfried Rossel	P. 11
12 oktober	Midweekdag - E.H. Jozef Hanssens	P. 8
13 oktober	Weekend - Dr. Gerbert Bakx	P. 10
16 oktober	Leesnamiddag Edith Stein - Ilse Kerremans	P. 7
23 oktober	Vijfdaagse - P. Georges Verhulst	P. 11
17 november	Weekend - Groep Prisma	P. 10
20 november	Leesnamiddag Edith Stein - Ilse Kerremans	P. 7
23 november	Midweekdag - Etienne Amand	P. 9
25 november	Midweekdag - E.H. Willy Eurlings & Dirk Doms	P. 9
18 december	Leesnamiddag Edith Stein - Ilse Kerremans	P. 7
Op aanvraag	Karmelieten in 't lang - Kristien Verhoeyen	P. 7
Op aanvraag	Karmelieten in 't kort - Kristien Verhoeyen	P. 7

verantwoordelijke uitgever: Geysen Bea, Burgstraat 46, 9000 GENT



Inschrijven via de website

Supersnel en eenvoudig inschrijven kan ook via onze **website!**
Bezoek onze website: www.rustpunt.net en ontdek het voordeel van digitaal inschrijven. Je ontvangt onmiddellijk een bevestiging van je inschrijving + het rekeningnummer met gestructureerde mededeling om de betaling in orde te maken.

Je kan ook digitaal je verblijf voor een retraite vervroegen of verlengen.

Gemakkelijker kan het niet...



Het Rustpunt

Karmelitaans Centrum voor verstillings en verdieping.