



**HOF ZEVENBERGEN RANST  
PROGRAMMA 2018 - 2019**

**Toen ze de ogen sloot  
voelde ze op haar gezicht  
het licht  
van zon en maan  
en sterren van helden  
die zelden  
zich tonen op zichtbare plaatsen  
maar voelbaar een stem verheffen  
harten treffen  
en alles schijnbaar lichter maken  
waar alles en allen  
samenvallen  
in dat ene  
alles-verbindende Licht**



## WELKOM OP HOF ZEVENBERGEN

Een gastvrij huis in Ranst, gelegen in een mooie groene omgeving, een plek voor ieder die zoekt naar verstillung, verdieping, vorming en ontmoeting. Zo kennen velen Hof Zevenbergen: als een kleine oase waar je thuis mag komen, weg van drukte en lawaai en toch dichtbij het gewone leven.

Meer dan ooit wil Hof Zevenbergen inzetten op verbinding: verbinding met jezelf, met de ander, met de brede omgeving, met God. Onze initiatieven zijn als dwarsliggers die een spoor vormen dat ingaat tegen vervlakking en vervreemding. Door een brede waaier aan initiatieven willen we velen aanspreken die een weg zoeken naar zinvol leven.

In dit boekje vind je een overzicht van ons programma voor het werkjaar 2018-2019. De initiatieven zijn thematisch geordend. Een chronologisch overzicht vind je op de binnenbladzijden, daar staat ook telkens de verwijzing naar de juiste pagina.

Het team van Hof Zevenbergen wil je graag ontmoeten en zal je hartelijk ontvangen. Onze poort staat open!

Leen Bollen, directeur  
en het team van Hof Zevenbergen



## Even stilvallen in een heerlijke bosrijke omgeving

Hof Zevenbergen biedt een gastvrij onthaal aan jou

### *Als individu*

Je hebt persoonlijk behoefte om je terug te trekken uit het dagelijks bestaan voor een korte of langere periode, je zoekt een plek om tot rust te komen, te bezinnen, te werken aan een opdracht of studie, ... Dan biedt Hof Zevenbergen verschillende mogelijkheden: een kamer in volpension in het gastenverblijf, een kamer in de mooie boswachterswoning 'de Linde' waar je zelf kan koken, of een studio waar je een tijdje kan verblijven.

### *Als groep*

Je zoekt een plek om rustig samen te komen met je groep of organisatie voor een vergadering, gespreksgroep, vorming, bezinning. Zowel voor een meerdaags verblijf als voor één dag vind je in Hof Zevenbergen een aangename accommodatie in een rustig kader.

**Neem gerust contact met ons op of kom eens langs, dan bekijken we samen of we de plaats kunnen bieden die je zoekt.**

## Mediteren als verbinding

Mensen hebben het altijd al gedaan: de stilte opgezocht. Niet om aan de werkelijkheid te ontsnappen, maar om te stoppen en te kijken, met milde open aandacht. Om de soms haast ondraaglijke kramp te lossen waar de maalstroom van het leven ons telkens weer toe lijkt te dwingen. Om met meer moed, meer energie, meer creativiteit, meer mededogen, meer vrijheid in het leven te staan. Er middenin. Want mediteren is geen individuele act gericht op zelfontplooiing, maar een manier om je te verbinden met alles wat je omringt. Edel Maex leert ons de basisprincipes van mediteren via toelichting en concrete oefeningen.



**Begeleiding:** Edel Maex, psychiater, trainer Mindfulness en leraar in zenmeditatie

**Vrijdag 28 september 2018 van 9.30 u. tot 16.00 u.**  
**Bijdrage: 40 euro**

## Vriendschapsliefde en intimiteit. Een christelijk geïnspireerde benadering

In 2016 schreef Paus Franciscus 'Amoris Laetitia', over de vreugde van de Liefde. Het gesprek over een hedendaagse christelijke visie op relaties, huwelijk en gezin krijgt opnieuw aandacht. Hoe kunnen we de veelheid aan relatievormen, de broosheid van het huwelijk, de soms schokkende vluchtigheid van relaties verstaan? De sprekers reiken elk vanuit eigen ervaring stapstenen aan voor een christelijke groeiethiek inzake vriendschap, intimiteit en seksualiteit.

10.00 u. Roger Burggraeve, *Unieke vriendschapsliefde, een nieuwe vertolking van de christelijke visie op het huwelijksverbond*

14.00 u. Christiane Dumez, *Bezield lichaam, belichaamde ziel. Spelen en verbinding leggen*

Roger Burggraeve sdb, moraaltheoloog verbonden aan de K.U.Leuven, doceerde en publiceerde onder meer over seksualiteits- en huwelijksethiek. Christiane Dumez, was als psychologe verbonden aan het vrij centrum voor leerlingenbegeleiding in Lier en werkte aan projecten over relationele en seksuele opvoeding.



Zaterdag 6 oktober 2018 van 10.00 u. tot 16.00 u.  
Bijdrage: 35 euro

## Verbinding maakt sterk. Vrouwen getuigen

In de advent laten we enkele sterke vrouwen aan het woord die getuigen over hun engagement en inspiratie. We luisteren naar hun levensverhaal, hoe ze zoekend en tastend hun weg gaan, kracht vinden, zich verbinden en vandaaruit iets betekenen voor hun omgeving.

Jeanne Devos, zuster van de Jacht en jarenlang voorvechtster voor de rechten van huispersoneel in India

Ilse Kerremans, kinderchirurg en lid van de Karmelfamilie, met een bijzondere passie voor leven en werk van Edith Stein



Dinsdag 4 december 2018 van 14.00 u. tot 17.00 u.  
Aansluitend broodmaaltijd en adventsviering om 20.00 u.  
Bijdrage: 20 euro (broodmaaltijd inbegrepen)

## Veerkracht en verbinding in de zorg

Werken in de zorgsector doe je vaak vanuit passie en engagement. Je wil het beste voor patiënten en bewoners, je persoonlijke inzet is groot. Die persoonlijke betrokkenheid is erg waardevol, maar kan ook belastend zijn.

We bieden twee sessies aan voor zorgverleners. Ze zijn gericht op versterking van veerkracht vanuit de eigen waarden en zingeving. Er is veel afwisseling: korte uiteenzettingen, persoonlijke reflectie, kleine meditatieoefeningen en uitwisseling in groepjes. Je kan beide sessies apart of samen volgen.

**Sessie 1:** Uitgeblust... of opgebrand!? Over veerkracht en geestelijke groei voor zorgverleners  
**Donderdag 28 februari 2019 (17.00 u.) tot vrijdag 1 maart 2019 (17.00 u.)**



**Sessie 2:** Ontmoeting vanuit kwetsbaarheid. Over wederzijdse en authentieke relatie(s) in de zorg  
**Donderdag 4 april 2019 (17.00 u.) tot vrijdag 5 april 2019 (17.00 u.)**

**Begeleiding:** Paul Fivez, master in de psychologie, werkzaam in opleiding en begeleiding in zorgvoorzieningen

**Bijdrage: 105 euro per sessie, 185 euro als je voor beide sessies inschrijft (verblijf in volpensioen inbegrepen)**



## De ruil voorbij? Economische wetmatigheden in een evangelisch perspectief



In deze lezing gaat politicus Steven Vanackere in op de vraag of (en hoe) een christen trouw kan zijn aan het evangelie, terwijl hij of zij tegelijkertijd dient te functioneren in een wereld waar nut en economisch rendement, winstverwachtingen en eigenbelang zo centraal staan. Zijn de vingerwijzingen van het evangelie wel verenigbaar met de zogenaamde wetten van de economie?

**Begeleiding:** Steven Vanackere, senator en gewezen minister van financiën, buitenlandse zaken, e.a.

Zaterdag 23 februari 2019 van 9.30 u. tot 12.00 u.  
Bijdrage: 15 euro

## Echo's van religieus leven in de kering



Dag van ontmoeting voor al wie begaan is met een bezielde religieus leven vandaag.

We beluisteren inspirerende sprekers en delen onze ervaringen en vragen met betrekking tot elke vorm van een authentiek leven in navolging van Christus. Een dag van bemoediging en inspiratie waar iedereen welkom is die wil nadenken en dialogeren over heden en toekomst van religieus leven.

**Begeleiding:** team van Hof Zevenbergen

*Meer informatie volgt.*

**Zaterdag 15 juni 2019 van 9.30 u. tot 16.00 u.**  
**Bijdrage: 35 euro**

## Gesprekken op het Hof 'Vreemd Verbonden'



In onze veelkleurige samenleving komen we in contact met mensen van verschillende religies en levensbeschouwingen. Maar is er ook echt contact? Verbinden we ons ook met wat ons vreemd is, of houden we liever afstand? Doorheen lezingen, concrete getuigenissen, gespreksmomenten en gebed onderzoeken we tijdens deze drie dagen wat ons verbindt.

**2 mei:** *Vreemd Verbonden, een cultureel gegeven*  
Walter Weyns, docent sociologie en cultuurkritiek aan UA

**3 mei:** *Ontmoeting tussen christendom en islam*  
Voormiddag: *De rijkdom van het vreemde.*  
Getuigenissen van Barbara Mertens en Sarah Avci  
Namiddag: *Verbonden in gebed. Franciscus' Loflied op de Allerhoogste en het gebed van de 99 namen van Allah*

**4 mei:** *Verdere verdieping en verwerking*

*Meer informatie volgt.*

**Donderdag 2 mei 2019 (9.30 u.)**

**tot zaterdag 4 mei 2019 (13.30 u.)**

**Bijdrage: 201 euro (volpension); 155 euro (zonder overnachting); deelname aan 1 dag: 60 euro**

## Beweging van Menswording

### Dag van de Menswording

Dit jaar staat het thema **'Wachten'** centraal. De inleiding wordt verzorgd door Walter Weyns, daarna is er verwerking in verschillende groepen. Afsluiten doen we met een bezinning en een traditioneel drankje.

Een dag voor allen die zich aangesproken voelen door de spiritualiteit van de Menswording.

Een dag om elkaar te ontmoeten en te ervaren wat Menswording concreet kan betekenen. Omdat een mens meer mens mag worden in zelfgave en verbondenheid. Raakt het jou ook?

Zaterdag 13 oktober 2018 van 13.30 u. tot 17.30 u.  
Bijdrage: 10 euro



### Spiritualiteitsgroep

Maandelijks komen we samen in twee gespreksgroepen (namiddag- en avondgroep) om inspirerende teksten te lezen en hierover uit te wisselen.

Van oktober tot juni lezen we uit het boek *'Hier en Nu. Leven in de Geest'* van **Henri Nouwen**. Het bevat een reeks meditatie's waarin Nouwen op een persoonlijke en indringende wijze aantoont dat God veel dichterbij ons is dan we doorgaans beseffen. H. Nouwen kijkt met een lach en een traan naar de dagelijkse gebeurtenissen van ons leven en ontdekt daar de God die bij ons wil wonen.

Startavond op maandagavond 15 oktober 2018 om 19.30 u.  
Verdere data worden ter plaatse afgesproken.  
Bijdrage: 40 euro voor de reeks

## Spiritualiteit en solidariteit



De meeste hedendaagse auteurs zijn ervan overtuigd dat mystiek een mogelijkheid is die in ieder mens schuilt. Het is een allesomvattende doorbraakervaring die de mens ten diepste aangrijpt en omvormt. Vele

mystici hebben daardoor een intens actief leven geleid en zelfs hervormingen doorgevoerd. Op zoek naar de link tussen mystiek en solidariteit laten we ons inspireren door het leven en werk van Dorothee Sölle, Madeleine Delbrêl en Simone Weil.

Door dieper in te gaan op de mystieke ervaring van deze hedendaagse vrouwen verkennen we de actuele betekenis van mystiek voor de gelovige mens van vandaag.

Begeleiding: Eddy van Waelderren, Guido Caerts en Willem Lemmens

Programma:

### Vrijdag 16 november

Voormiddag: Dorothee Sölle (Eddy Van Waelderren, theoloog)

Namiddag: Madeleine Delbrêl (Guido Caerts)

Avondprogramma: poëzie en muziek

### Zaterdag 17 november

Voormiddag: Simone Weil (Willem Lemmens, hoogleraar ethiek Universiteit Antwerpen)

Namiddag: panelgesprek met de drie sprekers over spiritualiteit, mystiek en solidariteit

**Vrijdag 16 november 2018 (9.30 u.)  
tot zaterdag 17 november 2018 (16.00 u.)  
Bijdrage: 136 euro (volpension)**

## Beatrijs van Nazareth

Meer dan 750 jaar geleden schreef Beatrijs van Nazareth (1200-1268), eerste priorin van het klooster van O.-L.-Vrouw van Nazareth aan de Nete in Lier, een klein maar wonderlijk traktaat over hoe ze door God geraakt werd: *'Over zeven belevingswijzen van de heilige minne'*. Zij laat God ten volle God zijn, omdat ze heeft mogen ervaren hoezeer Hij haar liefheeft en begeert. In zijn boek *'Beatrijs van Nazareth. Zeven keer heilige minne'* laat Klaas Blijlevens ons kennismaken met de diepgang en gelaagdheid van haar geschriften. We lezen enkele traktaten, ontdekken de kracht van deze tekst en verkennen de betekenis van haar getuigenis voor ons vandaag.

**Begeleiding:** Klaas Blijlevens, kapucijn, gepassioneerd door de Middelnederlandse mystiek



Zaterdag 9 februari 2019 van 9.30 u. tot 16.00 u.  
Bijdrage: 35 euro (middagmaal inbegrepen)

## Bijbelgroep

### Met God alleen als onderpand

Ooit, lang geleden is het ergens begonnen, het verhaal van God en de mensen.

Volgens de Bijbelse overlevering vangt de geschiedenis van Gods omgaan met mensen aan met Abraham. Hij is de eerste historische persoon die in God geloofde. Hij liet alles achter en ging op tocht met als enige garantie Gods belofte dat hij een land zou krijgen om er te leven, een talrijk nageslacht zou hebben en een zegen zou zijn voor velen. De gebeurtenissen die zijn leven typeerden vinden we terug in het boek Genesis. Ook joden en moslims erkennen Abraham als stamvader; en de Torah en de Koran verhalen over hem.



Die boeiende persoon willen we volgen op zijn tocht 'met God alleen als onderpand', want de verhalen over Abraham mogen dan oud zijn, hun boodschap blijft brandend actueel.

**Begeleiding:** Peter Houlleberghe, diaken en vormingsverantwoordelijke bisdom Antwerpen

**Donderdagen 20 september, 18 oktober,  
15 november en 13 december 2018  
en 17 januari, 21 februari,  
21 maart en 25 april 2019 telkens om 20.00 u.  
Bijdrage: 70 euro voor de reeks**

## De Bijbel lezen in het Hebreeuws

### Leesgroep

Deze leesgroep richt zich tot iedereen die de basisnoties van Hebreeuws beheerst. Maandelijks lezen wij samen fragmenten van Bijbelse verhalen zoals zij in het Hebreeuws zijn opgetekend. Zo (her)ontdekken wij vaak hun oorspronkelijkheid en boeiende gelaagdheid. Zoals in de joodse traditie verrijkt de onderlinge uitwisseling van de uiteenlopende persoonlijke interpretaties deze lezing. We lezen: De toren van Babel (Gen. 11, 1-9); Het offer van Abraham (Gen. 22, 1- 19); Het boek Ruth.

**Begeleiding:** zr. Godeliph Deruwe, Sint-Trudoabdij Brugge, en Hedwig Vercammen, pastorale werkster

**Bijdrage: 400 euro voor de gehele cursus: 200 euro bij inschrijving te betalen + 25 euro per cursusdag (middagmaal inbegrepen)**

**Maandelijkse samenkomst op donderdagen** 27 september, 18 oktober, 29 november 2018 en 24 januari, 28 februari, 28 maart, 23 mei en 13 juni 2019, telkens van 9.30 u. tot 16.00 u.

### Zomercursus

Het boek Esther dat gelezen wordt bij de joden op het Poerimfeest – maar in de christelijke kerken nauwelijks te horen is – is een boeiend verhaal. Een wijze satire in de Bijbel, die zich afspeelt in de Perzische tijd. Het boek vertelt het eeuwenoude verhaal van de strijd tegen de Joden en van hun verzet en overwinning. Het is een verhaal dat spannend geschreven is: meeslepend, confronterend en hoopgevend.

**Van dinsdag 23 juli 2019 tot donderdag 25 juli 2019**  
**Bijdrage: 235 euro (met overnachting); 195 euro (zonder overnachting)**



## Bijbeldag

### Verbond – verbonden

met God, met mens en dier, met kerk en Israël

Heb je al eens van het Noachitisch verbond gehoord? En het eerste verbond en het tweede?

Natuurlijk heeft dat namen als *Oude Testament* en *Nieuwe Testament*! Bij de ene is het teken de ‘besnijdenis’, bij de andere de ‘doop’. Wat echter, als je hart niet besneden is en de doop ook maar een verplicht nummer wordt? Raakt verbondenheid ons nog om het perspectief op de goede schepping te bewaren? We gaan ons een hele dag verbinden met de rode draad van de Schriften, we laten ons verrassen en nog meer.



**Begeleiding:** Egbert Rooze, doctor in de bijbelse theologie, werkte jarenlang als protestants predikant

**Zaterdag 25 mei 2019 van 9.30 u. tot 16.00 u.**

**Bijdrage: 35 euro**

2018					2019						
September		p	Oktober		p	Januari		p	Februari		p
20	Start Bijbelgroep	p.15	6	Vriendschapsliefde en intimiteit.	p.6	19	Taizégebed	p.35	8	Filmavond Deux jours, une nuit	p.26
21	Filmavond Lion	p.26	12	Start Yoga	p.25	21	Stille dag	p.20	9	Beatrijs van Nazareth	p.14
24	Stille dag	p.20	13	Start poëziegroep	p.27				16	Taizégebed	p.35
27	Start Hebreeuws	p.16	13	Dag Van de Menswording	p.12				18	Stille dag	p.20
28	Mediteren als verbinding	p.5	15	Start spiritualiteitsgroep	p.12				23	De ruil voorbij?	p.9
			20	Zenzaterdag	p.24				28	Uitgeblust... of opgebrand!?	p.8
			29	Stille dag	p.20						
November		p	December		p	Maart		p	April		p
9	Filmavond As it is in heaven	p.26	1	Zenzaterdag	p.24	2	Zenzaterdag	p.24	2	Vastenbezinning	p.35
16	Mystieke dagen	p.13	4	Verbinding maakt sterk.	p.7	11	Stille dag	p.20	4	Ontmoeting vanuit kwetsbaarheid	p.8
16	Poëzie-avond	p.27	4	Adventsbezinning	p.34	12	Start leesgroep	p.28	13	Meditatief boogschieten	p.30
17	Mystieke dagen	p.13	16	In stilte op weg naar...	p.21	24	De stappende man	p.29	19	Light a candle	p.34
26	Stille dag	p.20	17	Stille dag	p.20	24	Start retraite W. Rossel	p.23	27	Zenzaterdag	p.24
			22	Taizégebed	p.35				29	Stille dag	p.20
			31	In stilte van oud naar nieuw	p.22						

2019					
Mei		p	Juni		p
2	Start gesprekken op het Hof	p.11	14	Vertellingen	p.31
5	Start retraite B. Lodewijckx	p.23	15	Echo's van religieus leven	p.10
20	Stille dag	p.20	24	Stille dag	p.20
25	Bijbeldag	p.17	29	Gezond leven met H. Von Bingen	p.33
30	Start retraite J. Janssens	p.23			
30	Reis naar Bingen	p.32			
Juli					p
22	Stille dag				p.20
23	Start zomercursus Hebreeuws				p.16
Augustus					p
19	Stille dag				p.20

**Inschrijven** is noodzakelijk voor alle initiatieven

in deze folder, liefst schriftelijk of per e-mail:

Kasteeldreef 22, 2520 Ranst

info@hofzevenbergen.be

Je ontvangt dan een bevestiging van je inschrijving.

Na de bevestiging kan je betalen via overschrijving op rekening BE 12 7350 3688 9892

Ter plaatse afrekenen kan ook (enkel cash).

Voor meerdaagse initiatieven met overnachting krijg je enkele weken vooraf een mail of brief met praktische informatie.

## Stille maandagen

Een stille dag biedt je de kans om te midden van de drukte van het leven even halt te houden, tot jezelf te komen. Een dag lang ga je samen met anderen de stilte in. Een stiltedag laat je stilstaan bij jezelf en bij de a(A)nder.

Je vult je tijd in zoals jij wil, al schrijvend, rustend, lezend... De maaltijden worden in stilte gebruikt. Je krijgt een kamer ter beschikking en er worden enkele teksten aangereikt ter inspiratie.

Tijdens een stille maandag kan je vrijblijvend

- deelnemen aan een stiltewandeling. We stappen in stilte en houden af en toe halt om te luisteren naar een korte inspirerende tekst
- lezen in stilte, geen smartphone, geen to-do's. Je



leest wat je zelf wil. Je laat die doordraaiende wereld even niet binnenkomen

- deelnemen aan de gebedsmomenten ('s ochtends, 's middags en 's avonds)
- persoonlijk in gesprek gaan met iemand van de begeleiding
- in stilte verwijlen, mediteren in de kapel of op de meditatiezolder

**Begeleiding:** zr. Simonne Goossens en Chris Smits

**24 september, 29 oktober, 26 november, 17 december 2018 en 21 januari, 18 februari, 11 maart, 29 april, 20 mei, 24 juni, 22 juli, 19 augustus 2019**  
**Bijdrage: 25 euro (middagmaal inbegrepen)**

## In stilte op weg naar ...



Midden in de advent een paar dagen verwijlen in een stille omgeving. De tijd en de rust nemen voor jezelf. Stil worden en ruimte maken om je te openen voor... Een kans om jouw weg naar binnen te gaan.

Deze tijd is vooral bedoeld om, in de nabijheid van een a(A)nder, zelf op je eigen wijze aan de slag te gaan. Er worden teksten en meditaties aangereikt als leidraad voor je op weg gaan. De maaltijden nemen we in stilte.

Begeleiding: Chris Smits, e.a.

**Zondag 16 december 2018 vanaf 17.00 u.  
tot woensdag 19 december 2018 om 13.30 u.  
Bijdrage: 195 euro (volpension)**

## In stilte van oud naar nieuw



Voor al wie de overgang van het oude naar het nieuwe jaar bewust wil beleven in een sfeer van bezinning en ontmoeting. Je kan afwisselend kiezen voor poëzie, muziek, klankschalen, lectuur, gebed en meditatie. Na het gezellige oudejaarsmaal verloopt de hele avond in een ingetogen stilte tot de ochtend. Dan wensen wij elkaar feestelijk een gezegend nieuw jaar toe.

**Begeleiding:** Rogier en Julia Melis-Vos, het team van Hof Zevenbergen e.a.

**Maandag 31 december 2018 (17.00 u.)  
tot dinsdag 1 januari 2019 (na het ontbijt)  
Bijdrage 65 euro**

## Stille retraites

Een stille retraite is een doorgedreven bezinnings-tijd van meerdere dagen in groep en in stilte. Elke dag zijn er één of twee inleidingen door de begeleider en facultatief ook een meditatieve uitwisselingsronde. Er is veel ruimte voor persoonlijke gebedstijd. De dag wordt omkaderd door gemeenschappelijke gebedsmomenten.

### Zondag 24 maart 2019 tot vrijdag 29 maart 2019

Wilfried Rossel, pr., Oblaat, *Het boek Job: hevige protest tegen het lijden*

### Zondag 5 mei 2019 tot vrijdag 10 mei 2019

Bert Lodewijckx pr., *Oudere mensen in de Bijbel en hun boodschap van Hoop*



### Donderdag 30 mei 2019 tot zaterdag 8 juni 2019

Jos Janssens s.j. *De vrijheid van de kinderen Gods*

Voor alle retraites is het onthaal voorzien om 17.00 u. De vijfdaagse retraites eindigen na het middagmaal, de achtdaagse na het ontbijt.

Vijfdaagse: 335 euro (volpension)

Achtdaagse: 455 euro (volpension)

## Zen meditatie

Zen meditatie is zich naar binnen keren, op zoek gaan naar de kern, naar ons onzichtbaar innerlijk centrum waar we in voeling komen met de binnenkant van de werkelijkheid. Zelf geworteld in een christelijke traditie, staan we open voor wat andere religieuze tradities ons aanreiken.

Doorheen de jaren is er een ruim aanbod aan zen meditatie gegroeid: je kan aansluiten bij de korte wekelijkse zensessie op woensdagavond, je kan ook een zenzaterdag volgen, of deelnemen aan een meerdaagse sesshin.

**Begeleiding wekelijkse zen en zenzaterdag:** Julia Vos en Leen Deduytsche

**Begeleiding langere sesshins:** br. Jeroen Witkam, br. Kees van den Muijsenberg en Ama Samy sj.

Voor alle data en informatie over deze zensesshins: vraag de folder over zenmeditatie of kijk op [www.hofzevenbergen.be](http://www.hofzevenbergen.be)

### **Wekelijkse Zen**

Elke woensdagavond van 20.00 u. tot 21.15 u.

Bijdrage: 2 euro per avond

### **Zen zaterdag**

Zaterdag 20 oktober en 1 december 2018

Zaterdag 2 maart en 27 april 2019

Bijdrage: 14 euro per dag (picknick meebrengen)



## Yoga

Tijdens vijf ochtenden maak je kennis met de meditatieve kracht van yoga.



Je beleeft lichaamsoefeningen, ademhalingstechnieken en zintuiglijke waarnemingen in stille rust en concentratie. Er is geen voorkennis vereist. Graag losse kledij aantrekken en een matje meebrengen als je dat bezit.

**Begeleiding:** Katelijne Fleerackers,  
erkend yogaleerkracht door de YFNB  
(Yoga-federatie van de Nederlandstaligen van België)

**Reeks van 5 vrijdagvoormiddagen**  
12 oktober, 19 oktober, 26 oktober, 9 november en 16  
november 2018 van 10.00 u tot 12.00 u

**Bijdrage: 60 euro voor de reeks**

## Film

Op vrijdagavond even ontspannen in fijn gezelschap met een goede film. We kozen enkele mooie films met een sterke inhoud. Achteraf kan je napraten bij een drankje. Welkom in cinema Zevenbergen!

### Vrijdag 21 september 2018 **Lion**

(2017) Garth Davis

Een vijfjarige Indische jongen raakt zijn broer kwijt in een station en stapt per ongeluk op een trein die hem duizenden kilometers verder voert tot in de straten van Calcutta. Vijfentwintig jaar later beslist hij om op zoek te gaan naar zijn verloren familie.



### Vrijdag 9 november 2018 **As it is in heaven**

(2004) Kay Pollak

Na een hartaanval trekt de wereldberoemde dirigent Daniël Darens zich terug in zijn geboortedorp om te herstellen. De nogal stugge man ontdooit langzaam en gaat aan de slag met het plaatselijk zangkoor. Kan hij hen laten kennismaken met innerlijke muziek?

### Vrijdag 8 februari 2019 **Deux jours, une nuit**

(2014) Gebr. Dardenne

Sandra is langdurig ziek geweest en krijgt te horen dat ze haar baan kwijtraakt, tenzij haar collega's bereid zijn hun persoonlijke jaarbonus af te staan.

**Telkens op vrijdag vanaf 20.00 u**  
**Bijdrage: 8 euro**

## Woorden zoeken voor het onzegbare

Poëzie schrikt mensen soms af, omdat deze literaire vorm vaak in beelden uitdrukt wat moeilijk te zeggen is. Een dichter is niet tevreden met de eenvoudige waarneming, maar focust op hetgeen daarachter schuilgaat en wat dat in ons oproept. Via de belevende beleving van de schrijver worden we uitgedaagd ook in onszelf te kijken naar onze eigen beleving. Zo staat poëzie niet op eenzame hoogte buiten het dagelijks leven, maar geeft er een andere inkijk aan. In deze reeks beogen we niet om gedichten te analyseren, maar kijken we vooral hoe ze ons raken.

Begeleiding: Rogier Melis

Zaterdagen 13 oktober, 10 november, 15 december 2018 en 5 januari, 2 februari, telkens van 10.00 u tot 12.00 u.

Bijdrage: 60 euro voor de reeks

## Poëzie-avond

Midden november organiseren we een avond vol poëtische teksten en heerlijke muziek. Deze avond sluit aan bij de mystieke dagen van Hof Zevenbergen en staat open voor ieder die even wil komen verpozen bij inspirerende gedichten, afgewisseld met harpmuziek.

Begeleiding:  
Rogier Melis, poëzie en  
Anja Goossenaerts, harp



Vrijdagavond 16 november 2018 om 20.00 u.  
Bijdrage: 10 euro

## Leesgroep

Tomas HALIK:

*Ik wil dat jij bent. Over de God van liefde*

“Ik wil graag laten zien dat we in deze tijd waarin een bepaald type religie op sterven na dood is, pas in de diepe menselijke ervaring van de liefde de betekenis van het woord ‘God’ echt volledig kunnen begrijpen.” De Tsjechische theoloog Tomas Halik kijkt het ongeloof en de twijfel onbevangen in de ogen. En hij plaatst stevige kanttekeningen bij een al te gezapig en zelfverzekerd geloven. Maar op een eigen diepzinnige, originele en meeslepende manier graaft hij ook – juist midden in onze seculiere cultuur – naar de diepere gronden van geloof, hoop en liefde. Meer dan stof genoeg voor boeiende uitwisselingen...



Begeleiding: Eddy Van Waelderen, theoloog

Dinsdagvoormiddagen 12 maart, 19 maart, 26 maart,  
2 april 2019 telkens van 10.00 u. tot 12.00 u.  
Bijdrage: 45 euro

## De Stappende man

*'L'homme qui marche'*, een stappende man die voortdurend onderweg is, een pelgrim die op zijn tocht mensen liefdevol aantrekt en verandert, heelt en 'heel' maakt. Zo verbeeldt de Franse



dichter-romancier Christian Bobin de figuur van Jezus zonder Hem echt bij naam te noemen. Hij beschrijft het wonder van de beweging naar elkaar, van ontmoeting en van innerlijke groei.

Woordkunstenaar Michel Kempners vertaalde de tekst en draagt hem voor als een poëtische meditatie, met muzikale intermezzo's door Wim Cops (flamencogitaar) en Ruben Appermont (contrabas).

Organisatie van Hof Zevenbergen in samenwerking met de pastorale eenheid 'Sara en Abraham'

**Zondag 24 maart 2019 om 15.00 u.**  
**in de Sint-Pancratiuskerk van Ranst (Gasthuisstraat).**  
**Bijdrage: 15 euro**

## Meditatief boogschieten – Boogschieten vanuit het hart

Kyudo, de weg van de boog, ook wel zen-boogschieten genoemd, is een van de oudste disciplines van de traditionele Japanse krijgskunsten.

Het meditatief boogschieten, het boogschieten vanuit het hart, is een synthese van westers en Japans boogschieten. Deze fysieke en geestelijke kunst streeft naar harmonie met zichzelf, de boog, de pijl, het doel en de anderen. De betrachtning is niet zozeer het raken van het doel, maar een verfijning van handelen en harmonie met zichzelf en zijn omgeving. Deze kunst ontstaat uit het paradoxale samenspel van uiterste spanning en diepste overgave. Kom eens kennismaken met deze bijzondere meditatievorm.

“Wanneer het eigen hart niet geraakt wordt, heeft het schieten geen doel getroffen.”

### Begeleiding:

Johan Leemen,  
begeleider meditatief  
boogschieten



**Zaterdag 13 april 2019 van 14.00 u. tot 17.00 u.**  
**Bijdrage: 15 euro**

## Vertellingen op het Hof ... over mantels en hun traditie

Vertellingen zijn van alle tijden en voor alle leeftijden. Je vindt ze terug in alle culturen en tradities. Sommige verhalen zijn universeel en voor elke mens herkenbaar, andere krijgen pas hun betekenis binnen een specifieke context van bijvoorbeeld een joods-christelijke, boeddhistische of islam traditie.

Een goed verteld verhaal prikkelt de fantasie en raakt het eigen leven: we herkennen ons hier en daar, in kleine fragmenten, in een personage, een voorval.

Laat je dus meenemen in en rond Hof Zevenbergen. Enkele vertellers voeren je naar bekende en vreemde oorden. De 'mantel' vormt de rode draad doorheen de verhalen. Een mantel hult, verhult, geeft status of juist niet, beschermt, straalt kracht uit, kan frivol zijn, stoer, sensueel, sjofel, ... Welke mantel zou jou het beste passen?

**Begeleiding:** Erik Herrebosch, i.s.m. cursus Storytelling van SAMWD-Lier (docent Veva Gerard)

Als het weer het toelaat vertellen we buiten, bij regenweer trekken we naar binnen.

**Vrijdag 14 juni 2019 vanaf 19.30 u.**  
**Bijdrage: 15 euro**



## Meditatieve tocht in het spoor van Hildegard von Bingen

In Bingen ontdekken we samen stap voor stap de plekken waar Hildegard heeft geleefd. Tezelfdertijd komen wij thuis in wat haar bezielde.

Wij logeren in een comfortabel hotel aan de Rijn en bezoeken o.a. het Hildegardmuseum, het Hildegardforum van de Kreuzschwesteren met de kruidentuin, de Rochuskerk, de kerk van Eibingen met het schrijn van Hildegard, de Hildegardabdij in Rudesheim, de Disibodenberg met ruïnes van de abdij waar Hildegard als kind is ingetreden en haar visioenen kreeg.

We wandelen door de wijngaarden, sluiten aan bij de vespers in de Hildegardabdij, krijgen toelichting bij Hildegards Heilkunde, gaan de Meditationsweg, mediteren bij het schrijn...

We worden vergezeld door een groep van Schola Hildegardis van zangpedagoge Antje De Wit, zodat we onderweg ook kunnen kennismaken met de unieke gezangen van Hildegard von Bingen.

De avonden zijn vrij.

**Begeleiding:** Hedwig Vercammen en Annemie Braem

**Weekeinde O.-H.-Hemelvaart**

**van donderdag 30 mei 2019 tot zaterdag 1 juni 2019**

**Kostprijs: 340 euro op basis van tweepersoonskamer; meerprijs voor individuele kamer;**

**inbegrepen: twee nachten in hotel met ontbijt,**

**alle middagmalen, toegangsprijzen en begeleiding;**

**niet inbegrepen: drank, avondmaal, reis met eigen auto, (eventueel onderling af te spreken).**

**Inschrijven voor 28 februari 2019.**

**Voorschot bij inschrijving: 100 euro**





## Leven in Liefde met Hildegard von Bingen als gids

Als middeleeuwse mystica had Hildegard een eigen visie op de geestelijke en spirituele krachten die ons welbevinden bevorderen of eerder blokkeren. Ze stelt dat onze psychische gezondheid afhankelijk is van de mate waarin wij ons kunnen verbinden met de universele Liefde. Dit lichten wij toe aan de hand van haar visioenen rond verbondenheid, en rond de krachten van de deugden en ondeugden die haar psychologie uitmaken.

Inhoudelijke uiteenzettingen worden afgewisseld met meditatieve momenten, stilte, poëzie, wandeling, Hildegards voeding en muziek om zo in verbinding te komen met die universele Liefde die ons als mensen over tijd en ruimte heen verbindt. Want volgens Hildegard zijn wij allen drager van de goddelijke vonk in ons. Zij zal onze gids zijn.

Begeleiding: Hedwig Vercammen en Annemie Braem



**Zaterdag 29 juni 2019 (9.30 u.)  
tot zondag 30 juni 2019 (16.30 u.)  
Bijdrage: 136 euro (volpension)**

## Maandelijks gebeds- en ontmoetingsavond

**Elke eerste dinsdag** van de maand om 20.00 u. nodigen we je uit in de kapel van het kasteel voor een gebedsviering met de gemeenschap. Vooraf ben je welkom voor de broodmaaltijd om 19.00 u., na het gebed is er gelegenheid tot ontmoeting bij een drankje.

Op 4 december is dit een **adventsviering**.

Op 2 april is dit een **vastenviering**.

### Goede Vrijdag: Light a candle

Op Goede Vrijdag kan je terecht in Hof Zevenbergen voor een persoonlijke meditatieweg. Onze verbondenheid met het lijden en onze hoop op opstanding drukken we uit in een kring van licht.

**Vrijdag 19 april 2019 tussen 20.00 u. en 21.30 u.**

### Meditatieve Taizé avonden

Samen stil worden, zingen en bidden in de stijl van Taizé, de gekende oecumenische broedergemeenschap in Frankrijk. De avonden zijn eenvoudig opgebouwd met rustige meditatieve liederen die iedereen vlot kan meezingen, daarnaast is er voldoende ruimte voor stilte. Het gebed start telkens om 19.30 u., inzingen vanaf 19.00 u.

**Zaterdag 22 december 2018**

**Zaterdag 19 januari 2019**

**Zaterdag 16 februari 2019**

**Maar tijdens de vasten: elke zaterdagavond in de kerk van Wommelgem**

## Dagelijks gebed

### Weekdagen

- 8.00 u. Morgengebed  
12.00 u. Middaggebed  
(niet op zaterdag)  
17.00 u. Vespers

### Zondag

- 9.00 u. Morgengebed  
17.00 u. Vespers

## Christelijke meditatie

elke maandag van 20.00 u.  
tot 20.30 u.

## De Linde Een bijzondere plek om te verblijven



De mooi gelegen boswachterswoning 'de Linde' is een echte oase bij Hof Zevenbergen. Dichtbij het gewone leven en toch er even tussenuit in de stilte en de natuur, stellen we vier kamers beschikbaar voor mensen die om welke reden dan ook behoefte hebben om zich even terug te trekken.

De kamers zijn eenvoudig maar comfortabel gemeubeld en beschikken over een wastafel. Er is gemeenschappelijk sanitair, een living met zithoek, een ingerichte keuken en een fijn terras.

We bieden geen therapeutische begeleiding of sociale dienstverlening, maar zijn wel ter beschikking voor een gesprek. Wie liever niet zelf kookt, kan voor de maaltijden terecht in het gastenverblijf van Hof Zevenbergen.

Voor inschrijvingen en informatie  
kan je steeds bij ons terecht!



# HOF ZEVENBERGEN RANST

[www.hofzevenbergen.be](http://www.hofzevenbergen.be)

Kasteeldreef 22, 2520 Ranst

03 205 65 70

[info@hofzevenbergen.be](mailto:info@hofzevenbergen.be)

IBAN BE12 7350 3688 9892

Maatschappelijke zetel: vzw Hof Zevenbergen, Kasteeldreef 22, 2520 Ranst