



Savita

De Savita Nieuwsbrief

Versijnt maandelijks
Nummer 48 – 1 december 2014



Onze grote eetzaal

Savita-activiteitenprogramma

Woensdag 10 december – zondag 14 december Vijfdaagse Dzogchenretraite

Deze retraite gaat over de Dzogchenvisie op spiritualiteit. Het is de meest directe weg naar het herkennen en ontwikkelen van onze natuurlijke staat van Zijn, die door boeddhisten de "boeddha-natuur" genoemd wordt. In Verslaafd aan liefde en vooral in Verslaafd aan denken heb ik over deze methode geschreven. In deze retraite gaan we vooral in op de praktische kant van Dzogchen: het herkennen van je natuurlijke staat, en hoe je die in je meditatie en in je dagelijkse leven kunt ontdoen van versluitende automatisen.

Wanneer: de eerste retraite is van woensdag 10 t/m zondag 14 december 2014. Daarna volgt er nog een tweede retraite vanaf woensdag 8 t/m zondag 12 april 2015. Er is ruim voldoende vrije tijd ingepland om tijdens de retraite lange wandelingen te maken en te genieten van de natuur.

Kosten: de hele retraite kost € 395,- inclusief overnachting, volpension en koffie/thee. De reiskosten zijn niet inbegrepen.

Workshopgever: Jan Geurtz. www.jangeurtz.nl

Woensdag 24 december – dinsdag 30 december Zes Heilige Nachten

Zes dagen van gerichtheid naar binnen, contact maken met de eigen bron. Met meditaties, zang, korte workshops, tekenen, film, vooral stilte.

Samen creëren we de sfeer en de activiteiten. Zes avonden van 19 tot 23 uur in onze yurt, verwarmd met een kachel met hout uit eigen tuin.

Zes dagen film in de filmzaal.

Zes dagen vrij tekenen en schilderen in de tekenzaal. We verwachten rond die tijd veel bezoekers: meld je dus op tijd aan.

Kosten: € 35 per dag voor verblijf, maaltijden, programma.

Zondag 28 december – zaterdag 3 januari Wandelweek met Nemo

De bekende wandelvereniging Nemo uit Amsterdam komt met ongeveer 24 personen.

Iedere dag een wandeling onder leiding van een Nemo-wandelaar of een Savita-bewoner.

Snowboots of langlaufski's meenemen voor het geval het gesneeuwd heeft.

Kosten: €35 per nacht, incl. verblijf en maaltijden.

Zaterdag 31 januari – zaterdag 7 februari Savita-winterweek

Net zoals in de Herfstweek, weer iedere dag een groot aantal workshops en groepsactiviteiten. Prikkelend en inspirerend. Uitnodigend om nieuwe dingen te doen. Vol ernst, maar ook vol lach en dans. Naast de workshops: wandelen in de natuur, de sneeuw, de stilte, lekker en gezond eten, bijzondere ontmoetingen.

Het workshopprogramma wordt mede opgebouwd vanuit de kwaliteiten van alle deelnemers.

Kosten: €280 voor verblijf, eten, workshops.

Gratis voor meewerkende docenten en therapeuten.



Een van de slaapkamergangen

Zondag 8 februari – zaterdagochtend 14 februari Verfris je leven, herstel je balans

Kom bewust op adem, vitaliseer je lichaamscellen en 99% garantie voor een opgeladen thuisreis.

Dit jaar nodigen Silaska Paalman (natuurarts) en Digna Schenk je uit om op een milde manier te reinigen en je lichaam totaal te ontspannen. Voor het reinigen van je lichaam krijg je 3 biologische maaltijden die geheel bestaan uit basische voedingsmiddelen wat een enorm reinigend effect heeft. Deze overheerlijke maaltijden worden aangevuld met reinigende thees en sapjes.

Naast het MINDFULL detoxen van je lichaam besteden we ook aandacht aan het vernieuwen van je levenslust, ontspanning en creativiteit.

Ben je chronisch ziek, heb je een burn-out of gaat je leven al een tijdje wat minder gemakkelijk, laat je deze week dan lekker verwennen en kom tot rust. Voeding heeft een belangrijke plaats in deze week en daarnaast zal er veel aandacht zijn voor het lichaam in de vorm van Biodanza; een heel bijzondere vorm van dans die je thuis brengt in je lichaam en in je hart. Je hoeft absoluut niet te kunnen dansen om Biodanza fijn te vinden. Daarnaast is er de mogelijkheid om deel te nemen aan yoga en meditatie in de vroege ochtend.

Verder staan er allerlei creatieve activiteiten op het programma om te ontspannen en we zullen veel lachen, want dat is nog altijd de beste manier om te ontladen van oude gedachten en patronen. De kans is groot dat we in een witte sprookjeswereld verblijven opdat er ook tijd en ruimte is om lekker te sleeën, een sneeuwballengevecht te houden of te genieten van een stevige wandeling.

We verblijven deze week in het prachtige gezondheidscentrum Savita dat gelegen is in de fantastische natuur van Sauerland op slechts 3 tot 4 uur rijden, vanuit Nederland.

Elke kamer heeft een eigen douche en toilet.

Kosten: tot 1 januari 2015 geven we een vroegboek-korting van 50 euro. Een 1-persoonskamer is dan 445 euro en op basis van een 2-persoonskamer zijn de kosten 410 euro. Vanaf 1 januari 2015 is de bijdrage 495 euro voor een 1-persoonskamer en 460 euro op basis van een 2-persoonskamer. Deze bedragen zijn exclusief skieën, langlaufen of sauna (waar een middag de mogelijkheid voor wordt gegeven). Het is wel inclusief het sneeuwballen-gevecht!

Info en opgave:

www.kolibrievasten.nl of www.biodanzametdigna.nl

Een tweede week wordt georganiseerd in de zomer van 5 tot en met 11 juli 2015.

Oproepen

We zoeken nog steeds:

een extra computer, geschikt voor internetverkeer, voor gebruik door onze gasten.

film-dvd's met films die mooi en inspirerend zijn

tapijten voor de vloer in onze yurt tijdens de Zes Heilige Nachten

ping-pongtafel, sjoelbak

Leven in Savita

door Elisabeth Ravensteijn

Na 7 maanden wonen en werken in Savita, is het dan eindelijk zover gekomen dat de tijd rijp is om iets in de Nieuwsbrief te schrijven.

Een Nieuwsbrief die 12 jaar geleden werd opgezet door Erik en waar bijna tot nu toe, niet door een ander iets in geschreven is. Een hele nieuwe stap dus!

Zo stapte ik 7 maanden geleden Savita ook binnen, tijdens de openingsweek van eind april 2014. Nog niet wetend dat deze stap een totale ommekeer in mijn leven zou gaan betekenen. Ik kon niet anders dan mijn hart volgen en dat veroorzaakte dat iedere "goede raad" die uit mijn verstand kwam, smolt en ik spoedig meer in Duitsland dan in Nederland woonde.

Het mee mogen helpen opzetten van een Centrum waarin gelijkwaardige samenwerking de leidraad is, geleid door een kerngroep, liep exact parallel met een reeds lang gekoesterde droom van mij.

Een Centrum waarin niet de structuur vooraf bepaald wordt, maar vanuit ervaring zich vormt, waar het niet weten de plek krijgt die erbij hoort.

Een Centrum met spiegelende mensen, waardoor het geld niet meer de motor is.

Het is natuurlijk niet zo dat altijd alles over rolletjes loopt. Ik moest heel erg wennen.

Na 10 jaar alleen gewoond te hebben, opeens elke dag met mensen, samen beslissen, samen werken, jezelf tegenkomen en..... met Erik samen wonen.

Maar de manier waarop alles verliep en verloopt, gaf veel vertrouwen en dat geeft het nog steeds.

De eerste gezamenlijke Savita-actie naar buiten, het Fun Flow Festival, begin juli, verliep zo vanzelf, dat van daaruit de Savita weken spontaan zijn ontstaan.

Naast het verhuren aan groepen, wat natuurlijk noodzakelijk is, wil het financieel haalbaar zijn, staat het zelf vormgeven en organiseren van groepen, het gasten- en vrijwilligersbeleid in de focus.

Maar vooralsnog moeten we merendeels eerst bezig zijn met het gebouw om aan de vaak extreme keuringseisen te kunnen voldoen. Dat duurt veel langer dan oorspronkelijk gedacht en voorgesteld werd.

Leven met elkaar in de onzekerheid ten aanzien van het voortbestaan van Savita en tegelijkertijd vol vertrouwen 7 dagen per week werken alsof het al of niet voortbestaan geen vraag is, is een grote uitdaging.

In het begin vergaderden we niet eens. We bespraken de belangrijke zaken in de wandelgangen of tijdens de koffie. Daar is na de zomer verandering in gekomen.

Sinds een paar maanden is er nu een kerngroep van vier mensen: Erik, Monique, John en ik.

Ook Monique en John wonen hier sinds mei. We kenden elkaar alle vier niet!

De taakverdeling is momenteel zo dat Erik meestal op het kantoor te vinden is, Monique in de keuken, John overal, vanwege de klussen en ikzelf in 1 van de 69 slaapkamertjes.

Dit alles wordt aangevuld door talloze medewerkers zonder wie het geheel nu niet zou kunnen draaien, laat staan in de toekomst.

Het is heel bijzonder om mee te maken hoe verschillend en betrokken iedereen is. Er is ook geen week hetzelfde. Steeds met wisselende mensen aan tafel.

Met die verschillen en die doorlopende stroom van komende en gaande mensen, heb ik, vooral in het begin behoorlijk wat moeite gehad. Vaak kwam ik in de overtuiging terecht dat ik niet sterk genoeg was om het allemaal aan te kunnen en vervolgens gebeurde er iedere keer weer iets, zonder dat ik daar bewust mee bezig hoefde te zijn, dat mij hielp om uit die overtuiging te kunnen stappen.

De liefde, de eenvoud, de humor en het vertrouwen zijn de voornaamste bouwstenen die maken dat ik mij hier thuis voel. Binnen- en buitenwereld zijn samengekomen, dankbaarheid blijft over.

Ik hoop hier nog lang, met mezelf en samen met de mensen die hier ook zijn, van te genieten.

Het eigene en het sterke van Savita: een doelbewuste keuze voor de Nieuwe Tijd (deel 2)

Als vervolg op het artikel in de vorige Nieuwsbrief hier weer een aantal kenmerken van de Nieuwe Tijd.

Om te verduidelijken heb ik ze zwart-wit geplaatst tegenover de kenmerken van de Oude Tijd.

Met Savita maken we een doelbewuste keuze om ons te laten leiden door de stromingen van de Nieuwe Tijd.

Dat is het ook, wat Savita onderscheidt van vele reguliere organisaties. Dit is het uiteindelijk ook, waardoor onze bezoekers geraakt en geïnspireerd worden.

Oude Tijd: groot belang wordt gehecht aan kwantitatieve gegevens (grafieken, begrotingen, percentage's, schema's, competitie)

Nieuwe Tijd: groot belang wordt gehecht aan kwalitatieve gegevens, aan de subjectieve beleving van mensen.

Oude Tijd: de waarden liggen meer op het uiterlijke of het materiële vlak (gedraag je goed)

Nieuwe Tijd: de echte waarden liggen meer op het innerlijke vlak.

Oude Tijd: duidelijke structuren zijn belangrijk. Structuren en regels hebben soms een eigen leven.

Nieuwe Tijd: Structuren kunnen de nodige stevigheid geven, maar verdwijnen als ze de beloofde functie niet meer vervullen.

Oude Tijd: werk en eigen ontwikkeling zijn strikt gescheiden

Nieuwe Tijd: de persoonlijke ontwikkeling loopt door in het werk, wordt vaak ook door de werkgever ondersteund

Oude Tijd: werk en leven zijn gescheiden, werk en plezier zijn gescheiden, het leven begint pas na het werk, het leven begint pas na het werk of na de pensioenleeftijd, werken wordt vrij negatief beoordeeld

Nieuwe Tijd: werken en leven zijn meer één, passend werk is plezierig werk, ook werken is leven.

Oude Tijd: ervaringen worden beoordeeld in termen van goed of slecht, prettig of niet prettig

Nieuwe Tijd: iedere ervaring wordt gezien als een les of een leerschool, waaruit men kan leren, iedere ervaring is in principe waardevol.

Colofon

Deze Nieuwsbrief is uitgegeven door Centrum Savita, In der Burbecke 15, 59955 Winterberg-Niedersfeld

Deze Nieuwsbrief verschijnt normaliter 1 maal per maand.

Samenstelling en teksten: Erik Haezebrouck

Toezending van deze Nieuwsbrief gebeurt per e-mail.

IBAN: NL30 INGB 0007 8282 53 en BIC: INGBNL2A

t. n. v.: Stichting Natuurlijk Leven en Genezen te Winterberg-Niedersfeld

Telefoon: 00-49-2985-9088843

Reacties:e.haezebrouck@gmail.com

Website: [/www.savita.nl](http://www.savita.nl)

www.facebook.com/erik.haezebrouck

www.facebook.com/centrumsavita