

# De reis van het zelfonderzoek



## Een grondige verkenning van 'Aantekeningen' van J. Krishnamurti

Een intensief weekend van zelfonderzoek en meditatieve dialogen in Brugge, België

**6 - 8 September 2019**

" Het volkomene, het geheel, is de geest; die is leeg, volslagen leeg en dankzij die leegte bestaat het brein in ruimte-tijd. Pas als het brein zich heeft gezuiverd van zijn geconditioneerdheid, begeerte, afgunst en eerzucht, dan pas kan het dat wat volkomen is begrijpen. Die volkomenheid is liefde. " - **J. Krishnamurti's 'Aantekeningen'**

In juni 1961 begon Krishnamurti dagelijks zijn waarnemingen en staten van bewustzijn bij te houden. Oorspronkelijk schreef hij die niet voor publicatie neer. In een interview zei hij: "Ik beschrijf wat ik het proces noem - mijn gevoel buiten de gewone wereld te zijn, volledig vrede te hebben en vrij van conflict te zijn. Dit gebeurt slechts af en toe ... Het is niet op een romantische manier bedoeld: als je een bepaald soort



van gedisciplineerd, rustig leven leidt, laat je een soort energie vrij die het niet-mechanische deel van je hersenen beïnvloedt, zodat je binnengaat in een nieuwe dimensie. "Dit document bevat op een uiterst precieze, directe en krachtige manier wat de essentie van zijn leringen kan worden genoemd. Het is een diepgaande verkenning van het hele menselijke bewustzijn en een open uitnodiging om verder te gaan dan de door de mens gemaakte geconditioneerde inhoud van ons gefragmenteerde bewustzijn door de directe waarneming van wat is. Op één plaats schrijft hij bv.: " **Alleen als het brein stil is kan er helder worden waargenomen. Kan het brein ooit stil zijn? Dat kan, als het — in hoge mate gevoelig, vrij van vervormende krachten — negatief gewaar is.**"

Tijdens deze retraite gaan we, als vrienden en medereizigers, deze diepere kwaliteit van waarneming en directe waarneming verkennen die in staat is om tot de donkere uithoeken van ons bewustzijn door te dringen. De dagelijkse planning van de retraite omvat korte inleidende gesprekken, meditatieve dialogen, in stilte waarnemen en luisteren, wandelingen in de natuur en stilzitten. De primaire bedoeling is dat onze hele dag een meditatief proces wordt door een volledige pauze te nemen om onze geest en ons hart te laten rusten, ademen en verjongen.

**Facilitator:** Mukesh Gupta van het Krishnamurti Retreat Centre, Varanasi, India zal deze retraite faciliteren. Mukesh wijdt zich ruim twintig jaar aan de leer van J. Krishnamurti en andere leraren. Hij studeerde zowel Oosterse als Westerse filosofie. Hij begeleidt retraites, studieprogramma's en dialogen over de zoektocht naar waarheid en de holistische visie op het leven in India, Europa en Israël. Hij gelooft in het verkennen van *een diep niet-autoritair meditatief proces van dialoog gebaseerd op wederzijdse liefde, respect en een kwaliteit van stilte als een manier om een vreedzame, niet-gewelddadige samenleving te creëren.*

**Locatie:** Sarephta, 't Stille Pand, Ezelstraat 28, 8000 Brugge, parkeren kan in de tuin via de J. Boninstraat

**Kosten:** Verblijf in een eenpersoonskamer en maaltijden inbegrepen 191€, leden Leerproject 182€, deelnemers die elders verblijven 143€ (maaltijden in Sarephta inbegrepen)

eerste bijeenkomst en introductie op vrijdag 6 september 18.00 uur.  
De retraite eindigt op zondag 8 september 16.00 uur

**Inschrijving:** +32486 27 88 09 [joost.de.wulf@gmail.com](mailto:joost.de.wulf@gmail.com) Graag het bedrag overmaken vóór 16 Augustus 2019 op IBANnr NL79INGB0005508295 bic INGBNL2A Vereniging Leerproject

