



**ELENCHIS**

business in being

2-daagse retraite


# DE REIS VAN DE HELD(IN)

Een intensieve ontdekking  
van je eigen Leiderschap

## 2-daagse retraite De Reis van de Held(in)

### ACHTERGROND

Deze unieke 2-daagse is een ontdekkingsreis door je eigen leven, waarbij je erachter komt dat al je uitdagingen, beproevingen en overwinningen overeenkomsten vertonen met die van de helden en heldinnen in de Grote Verhalen. In het begrijpen van hun verdriet en vreugde, liefde en verlies, ga je die van jezelf op een dieper niveau doorgronden. Je gaat meer begrijpen over je verleden en de keuzes die je gemaakt hebt. Je gaat ontdekken dat gebeurtenissen en keuzes 'stepping stones' zijn die gemaakt hebben wie je nu bent. Je vindt daarin je veerkracht, psychologische krachten, talenten en de diepte van je liefde terug. Je vindt er de verlangens van je hart die je doen uitreiken naar anderen en naar je eigen avontuur terwijl je verbonden blijft met jezelf. Zo ontdek je je eigen leiderschap waarmee je vormgeeft aan je leven. En om dit te weten te komen zit er niets anders op, dan op reis te gaan.



We hoeven het avontuur niet alleen te ondernemen,  
want helden van alle tijden zijn ons voorgedaan;  
het labyrint is ons dóór en dóór bekend; we hoeven slechts  
de draad van de routes van de held te volgen.  
En waar we hadden verwacht een gruwel aan te treffen,  
zullen we steun vinden; waar we hadden verwacht onszelf  
kwijt te raken, zullen we onszelf vinden.

~Joseph Campbell~



## 2-daagse retraite De Reis van de Held(in)

### MOEITeloos EN ZORGELOOS

In contact staan met je werkelijke verlangens brengt je rechtstreeks bij de diepte van je ziel. En bij wat je hier te doen hebt. Verlangens zijn een onderdeel van je innerlijk kompas. Met dit kompas in handen wordt het leven vanzelf moeiteloos en zorgeloos. Je gaat samenhang ervaren in wat ogenschijnlijk losse gebeurtenissen zijn. Je gaat de rode draad zien en je leert om van binnenuit een beweging te maken naar nieuwe gebeurtenissen en mensen die je pad kruisen. Zo neem je je leven in eigen hand want bij elke nieuwe keuze leer je de vraag te stellen wat je dient en hoe het vormgeeft aan je (ziels)verlangens en talenten. Zo leer je 'ja' te zeggen tegen je leven omdat het jouw leven is.

### OPZET

In de retraite gaan we aan de hand van archetypische verhalen de fasen van het leven van de held verkennen. We duiken in een schatkist van verhalen maar ook in onze eigen reiskoffers. Reiskoffers vol met successen, uitdagingen, barrières, fiasco's, rolmodellen, keerpunten en wake-up calls. Hoe ziet je leven eruit als je verleden geïntegreerd is en je durft te zijn wie je bent? Wie ben je als je durft uit te dragen waar je voor staat vanuit een diepe ontspanning? We werken daarbij met uiteenlopende werkvormen uit het transformerend ademwerk, theatermethodieken, de integratieve psychologie, bewustzijnsleer en lichaamswerk. Al deze vormen zijn erop gericht om dat wat in je huist naar buiten te laten komen, je meer aanwezig te laten zijn in je lichaam en je meer bewust te worden van je eigen bestemming. Hierdoor verdiept het contact met wie je in essentie bent en wat je hier te doen hebt. Je lichaam en geest raken diep ontspannen. En in die ontspannenheid toont de Held zijn volle leiderschap als vanzelf en worden potentiële krachten ten volle benut. De reis naar binnen wordt vervolgens een reis naar buiten.

### VOOR WIE

Deze retraite is geschikt voor iedereen die voluit 'ja' wil zeggen tegen zijn leven, meer ontspanning wil ervaren en zichzelf meer wil leren verankeren in zijn eigen unieke pad en unieke leiderschap. Deze retraite past binnen management- en opleidingsprogramma's die uitgevoerd worden bij bedrijfsleven en overheid.



**ELENCHIS**

business in being

## WIJ

Jacqueline Steggink heeft een achtergrond als dans- en theaterperformer. Daarnaast heeft ze meer dan 25 jaar gewerkt als P&O adviseur en is ze trainer en coach. De natuur met haar elementen is één van haar inspiratiebronnen. Als geen ander weet zij door gebruik te maken van creatieve en speelse werkvormen door te dringen in het diepst van de psyche.

Erica Rijnsburger is meer dan 35 jaar coach en trainer. In dit werk streeft ze naar een verruiming van bewustzijn zelf waardoor gesleutel aan ego achterwege kan blijven. Ze heeft meerdere boeken op haar naam staan en geeft jarenlang retraites in binnen- en buitenland. Met een combinatie van humor en wijsheid weet ze iedereen te triggeren naar het diepst van zichzelf.



# 2-daagse retraite De Reis van de Held(in)

## LOCATIE

Onze locatie is een heerlijke woonark met fantastische grote & besloten tuin in het Spaarnwoude natuur- en recreatiegebied tussen Amsterdam en Haarlem. Goed bereikbaar met de trein en auto (gratis parkeren).

## DATA

Datum: 13 en 14 augustus 2021

We werken op beide dagen van 10.00 tot 16.30 uur.

Tip: boek een overnachting ergens in de buurt.

## KOSTEN

€ 497,- all-in. Dit bedrag is inclusief: Heerlijke biologische & vegetarische lunch, tussendoortjes, fruit en thee, onze kennis, ervaring en intensieve begeleiding



### INFO OF AANMELDEN

Jacqueline Steggink: [jacqueline@dereisvandeheldin.nu](mailto:jacqueline@dereisvandeheldin.nu)

Erica Rijnsburger: [erica@elenchis.nl](mailto:erica@elenchis.nl)