2014 | ‘Zin in Toscane’ - Onderweg

levenskunst op het Italiaanse platteland
maandag 14 t/m vrijdag 18 juli 2014

Op het Toscaanse platteland verzorgt La Scuola | academie voor levenskunst van 14 t/m 19 juli voor de vierde maal een 5daagse van ontmoeten, genieten en bezinnen. Deze 5daagse is er voor mensen die er voor kiezen om in Italiaanse sfeer een bijzondere vakantie te beleven. Genieten van een goed gesprek bij een goed glas wijn. Even op adem komen en nieuwe energie opdoen.
Het dorp Foiano della Chiana in de provincie Arezzo biedt ver weg van Nederland, daarvoor de ruimte en de rust. In de ochtenden en na de siësta’s reflecteert de kleine groep deelnemers op het thema van de week: ‘Onderweg’. In gesprekken, oefeningen, muziek luisteren en inspirerende excursies gebruiken we de rijke symboliek van het dorp in het dal van de Chiana. Lekker eten en ‘even niets doen’ maken van dit onderweg-zijn een bijzondere ervaring die lang nagloeit.

La Scuola | academie voor levenskunst

levensverhalen tussen heuvels en wijngaarden

Foiano della Chiana ligt in het dal van het riviertje waar de streek haar naam aan te danken heeft: Chiana. Het gebied wordt dan ook Valdichiana genoemd en herbergt speciale oorden en kleine Middeleeuwse stadjes met Etruskische wortels. Net buiten het dorp werd de 'eeuwige' strijd tussen de Sienezen en Florentijnen beslecht. De daar aanwezige herdenkingstempel 'Il Tempio San Stefano alla Vittoria' werd ontworpen door de vermaarde renaissance-architect Gorgio Vasari in opdracht van De Medici. Het is nu het beeldmerk van de nabijgelegen 'fattoria' die heerlijke wijnen en olijfolie produceert.
Foiano zelf claimt het oudste carnavalsfeest van Italië te vieren; het feest waarin het leven zelf op de korrel wordt genomen. Het vitale dorpsleven ontrolt zich op straat, tussen pleintjes en historische panden. In de kleine kerken treffen we verborgen schatten uit onder meer het atelier van het beroemde kunstenaarsgeslacht Della Robbia.

"In de week is een mooie balans gevonden tussen het Italiaanse leven, het onderzoeken van levenskunst en de specifieke locatie. Overal is levenskunst te vinden, zien en voelen. Maar het lijkt alsof de Italianen er een speciaal zintuig voor hebben en het is dan ook niet verwonderlijk dat het initiatief van La Scuola in Italië is ontstaan." een deelnemer

Net buiten Foiano della Chiana ligt het gastenverblijf Podere Ninfeo 'Cisternella', net naast de oudste Etruskische opgraving van het dorp. In deze oase van rust tussen de zonnebloemvelden, olijfbomen en wijnranken, biedt La Scuola een natuurlijke vrijplaats voor bezinning en ontmoeting.

Het dorp en de omgeving komen op een bijzondere manier terug in het programma. Zo gaat de schoonheid van Italië hand in hand met bezinning op levensvragen die er toe doen. Van maandag tot en met vrijdag vormt Foiano della Chiana het décor in de levensverhalen die herinnerd en gedeeld zullen worden.

"Ik ben altijd op zoek naar andere, betere vragen die ik mijzelf kan stellen om mijn bewustzijn te vergroten over waar ik sta in het leven, wat ik belangrijk vind, waar ik me mee wil verbinden, wat ik kan betekenen en wat ik achter me kan en wil laten. In deze week hebben jullie ons verrassende vragen aangeboden en ik voelde iedere dag de inspiratie die is voortgekomen uit dat proces van zoeken."
een deelnemer

programma

Op de vraag 'Hoe gaat het met je?' heeft iedereen een ander antwoord. Werk en gezondheid; liefde en afscheid nemen; het verlangen naar tijd en ruimte; het zijn thema's die na enig doorvragen naar boven komen.
Op afstand kijken geeft een bredere kijk, geeft inzicht. Ook als er even 'niets' speelt en je behoefte hebt aan verdieping, aan het onderzoeken van gedachten en ervaringen: wat vind ik er van?

Het is een week van bezinnen en genieten rond het thema 'Onderweg'. We leven vanuit het verleden en zijn onderweg richting de toekomst. De vraag is: wat doe je in de tussentijd?

De opbouw van de week biedt een bijzondere structuur om vragen en ervaringen zorgvuldig te onderzoeken. Schrijfoefeningen, teken- of fotografieopdrachten, visualisaties, maar ook excursies in de omgeving zetten aan tot zelfreflectie en nieuwe inzichten.

Voor wie wil is er ondersteunende literatuur. Het programma en deze beschouwingen uit de wereld van de praktische filosofie zijn mooie kapstokken voor een week van verdieping en persoonlijke ontwikkeling in een inspirerende omgeving.

We delen verhalen, genieten rijke maaltijden, maken plezier en zoeken samen antwoorden op levensvragen. Waar sta ik en hoe wil ik verder? Ben ik nog met het juiste bezig? Kies ik ervoor om door te gaan of ga ik de zaken anders aanpakken? Hoe reis ik verder?

Dag 1 | ontmoeting

Na een (waarschijnlijk) lange reis kom je aan bij Podere Ninfeo 'Cisternella'. Op het terrein van de boerderij van Tonino en Daniela staat het gastenverblijf tot onze beschikking. Afhankelijk van het tijdstip van aankomst heb je de tijd om de landelijke omgeving te verkennen en te genieten van het uitzicht of het zwembad. Wellicht maak je gebruik van een siësta in de kamer die voor jou is gereserveerd.

Om 17.00 uur starten we officieel met het programma. We maken bij een goed glas wijn op een bijzondere manier kennis met elkaar en bereiden ons voor op de komende dagen.

Elke dag treffen we elkaar een paar uur. Daar omheen is er volop ruimte om te lezen, te wandelen, te zwemmen en om je op te warmen in de zon.
Dagindeling (wijzigingen voorbehouden):
09.00 – 10.00 ontbijten wanneer je wilt
10.30 – 13.00 ochtendsessie
13.00 – 16.30 lunch en siësta
16.30 – 19.00 middagsessie
20.00 – 22.00 diner

"Eigenlijk was het iedere dag feest. We hebben zo'n plezier gehad met elkaar. En het samen eten... zoals in een Italiaanse film, aan een lange tafel vol met de mooiste en lekkerste gerechten, flessen wijn en veel tijd." een deelnemer

Dag 2 | zelfkennis & zelfbeeld

Na het ontbijt zetten we de eerste stappen van de ontdekkingsreis die we deze week zullen maken. Een ieder gaat op zijn eigen wijze in de ochtend op zoek naar zijn of haar oorsprong. De centrale vraag is: 'Wat is jouw plek, wat heeft je gevormd?' Tijdens de siësta, tussen de ochtend- en middagsessie, doe je wat je wilt: luieren in de tuin, zwemmen, of met de fiets lekker bikkelen, de berg op. Wij kunnen je een fiets lenen. Je krijgt maandag literatuur met bijbehorende leestips waarin je op eigen tempo kunt grasduinen.
In de namiddag richten we het onderzoek op de vraag: 'Waar sta je nu?' Wat betekent leven in het hier en nu, wetend waar je vandaan komt?
Zoals elke dag sluiten we af met een diner, verzorgd door het La Scuola-team.

Dag 3 | zin & vergankelijkheid

De woensdag wordt een speciale dag. We pakken de draad van gisteren ('Waar sta je nu?') weer op en gaan vandaag verder met de vraag 'Hoe ga je om met was is geweest?'. In het dal van de Chiana liggen dood en overleven letterlijk naast elkaar. Een opmerkelijke en historische plek op een verstilde heuvel brengt ons tussen de olijfbomen in een bijzondere sfeer om de eigen levenvragen te onderzoeken. Wat zijn de schaduwkanten van ons bestaan, waarin zien wij kwetsbaarheid en eindigheid? Hoe wil jij je verbinden met de verhalen van je leven? Wat laat je los en wat neem je mee?
Na de siësta proeven we de wijn die op deze bijzonder plek wordt verbouwd. En we zullen ervaren met hoeveel liefde de wijnboer zijn dagelijkse arbeid verricht.

"Door de liefdevolle, zorgvuldige invulling en begeleiding is er een atmosfeer ontstaan waarin het beste van onszelf naar boven kon komen. Ik voelde me een rijk mens door dit samenzijn met prachtige mensen." een deelnemer

Dag 4 | emoties & zelfsturing

'Op de vraag naar de zin van het leven antwoordt een ieder met zijn levensloop,' aldus de Hongaarse schrijver Konràd. Verleden, heden en toekomst liggen dicht bij elkaar, hebben we de afgelopen dagen gemerkt. We gaan ze op de vierde dag verder verbinden. Het 'levensverhaal' is nooit af, maar krijgt wel steeds meer invulling, onder andere door een bezoek aan een plek van rust en schoonheid: het oude historische dorpscentrum van Foiano. Wat heeft deze omgeving ons te vertellen en wat vertellen wij over onszelf?
's Middags bieden we elkaar prachtige cadeaus. Passen die wel in de koffer?

Dag 5 | onderweg

La Scuola wil een plek zijn waar de vrijheid woont. Een vrijplaats waar mensen antwoorden zoeken op de vraag: 'Wie ben ik en wat is voor mij het goede leven?'. Wat hebben deze dagen ons gebracht? Is de vrije ruimte van onszelf vergroot? Waarmee hebben we ons verbonden en wat zegt dit over de terugreis en onze aankomst in Nederland? We nemen afscheid - en gaan gesterkt verder.

wat kan deze week jou bieden?

- een week voor jezelf
- goede gesprekken over vergeten levensvragen
- gezelligheid en werkelijke ontmoetingen
- vitaliteit en levenslef, inspiratie voor en door anderen
- oprechte aandacht voor wie jij bent
- inzicht in je eigen levensloop en verdere ontwikkeling
- bij thuiskomst sterker bewustzijn en rijkere communicatie in privé en werk

overige informatie

Begeleiding
De mentoren van deze week zijn de oprichters van La Scuola, Erik en Ria Pool Meeuwsen. Zij hebben veel ervaring in het begeleiden van groepen en individuen en creëren een veilige sfeer waarin persoonlijke ervaringen gedeeld kunnen worden.

Erik & Ria zien er naar uit om het dorp waar La Scuola werd geboren, te delen met de deelnemers en hen deelgenoot te maken van de bijzondere sfeer in dit mooie Toscaanse dal.

Periode
14 juli 17.00 uur tot en met 18 juli 13.30 uur

Aantal deelnemers
Maximaal 8

All in-arrangementen

- standaard
€ 1595,- all in voor 2 personen (tweepersoonsboeking & -kamer)
€ 995,- all in per individuele boeking (eigen kamer)
(20% korting bij boeking op de Open Dag op 9 februari, 14.30-17.00 uur)
* inhoudelijke begeleiding
* literatuur ter plekke uitgereikt: essays 'Zorg jij goed voor jezelf?' en 'Voel jij je vrij?', levenskunstcahiers 'Ken uzelf, leef samen' en 'Geloof, hoop en liefde' (auteur Erik Pool).

* overnachting in ruime kamers inclusief ontbijt, bedlinnen en handdoeken
* Italiaanse lunches en diners volgens het slow food principe: producten uit omgeving, verzorgd door de crew van La Scuola
* afscheidsdiner volgens Toscaans principe: een uitgebreide eerlijke maaltijd, verzorgd door Maria Caccese, eigenares van 'Cisternella'
* gehele week in en buiten het programma: 'caffè, tè, aqua, vino e birra'
* wijnarrangement: wijn van de wijnboerderij 'San Vittorio' bij lunch en diner; excursie naar wijnboerderij en bij ontvangst een goede fles wijn
* excursies, inclusief vervoer
* gebruik van fietsen en zwembad
* verblijf op Podere Ninfeo 'Cisternella' waar wij de enige gasten zijn.

- verlengde boeking: 7daagse arrangement

Je kunt het verblijf uitbreiden met 2 extra overnachtingen, inclusief eenvoudig ontbijt op maandag en zaterdag. Je betaalt daarvoor € 195 per kamer. De kamer is dan zondag vanaf 15.00 uur beschikbaar. Op zaterdag moet de kamer om 10.00 uur vrij zijn.
Tip: Op maandagochtend is de weekmarkt in Foiano. De middeleeuwse steden Cortona en Arezzo (30 min) of Siena (45 min) zijn een bezoekje waard. En ook in Lucignano (10 minuten, overkant van het dal) is het heerlijk slenteren én tafelen.

Heen en terugreis naar en vanuit Foiano

De reis reserveer en boek je zelf. Mocht je hulp nodig hebben, laat het weten. De La Scuola-taxi kan je (alleen op maandag- en vrijdagmiddag) van en naar Arezzo (station) brengen (40 minuten). Retour: € 50 pp.

Plaats

Podere Ninfeo 'Cisternella', Foiano della Chiana.

Aanmelden of meer informatie

Op de website vind je het aanmeldingsformulier of vraag hem per mail aan. Voor meer informatie kun je bellen: 06-52 373 378 of mailen: welkom@academievoorlevenskunst.nl

Boeking, betaling en annulering

Jouw aanmeldingsmail en de aanbetaling van 20% beschouwen we als de officiële boeking. Voor 1 mei moet het restant overgemaakt zijn. Bij annulering na 1 januari brengen we 10% kosten in rekening, na 1 mei 50% en na 1 juni 100%. Wij adviseren je om zelf een reis- en annuleringsverzekering af te sluiten.

Wijzigingen voorbehouden. Misschien moeten wij gedurende de week het programma aanpassen. Alle prijzen zijn all-in voor particulieren. Voor zakelijke betalers komt er 21% btw bij. Meld je je aan voor een activiteit van La Scuola dan ontvang je automatisch de nieuwsbrief.

La Scuola heeft ook een vrijplaats om virtueel te ontmoeten: een eigen groep op Linkedin en Facebook - La Scuola is te volgen via Twitter. Op de eerste van elke maand verschijnt onze gratis nieuwsbrief.

Vraag de folder aan over wat La Scuola op de werkvloer kan betekenen voor medewerkers, teams, directies en raden van bestuur.

"Als geen ander bezitten jullie beiden een talentvolle kracht om te kunnen verbinden. Ik wil jullie danken voor de gecreëerde openheid, sturing, vraagstelling, en liefdevolle benadering die ik heb mogen ontvangen. Aansluitend met veel lol en humor.
Het is een week van oprechte aandacht geweest. Filosoferen over de vraag wat levenskunst voor een ieder betekent. Praten en luisteren, werkelijke aandacht voor elkaar. Muziek om bij weg te dromen. Wijze woorden en wijzer worden van elkaars verhalen. Waar niet alleen de warmte van de zon mij verwarmde, maar ook het team met mensen om mij heen! Waar de wijn rijkelijk vloeide aan tafel 's avonds, waar de heerlijkste gerechten werden geserveerd en waar de glazen geklonken werden onder de heldere sterrenhemel."
een deelnemer

'Natuurlijk leiderschap is leiding nemen over je leven, in al zijn facetten, vanuit de persoon die je van nature bent.' **Irene van Lippe-Biesterfeld**

Italië en La Scuola

"La Scuola is nauw verbonden met Italië. Dit land betekent voor ons: leven, ruimte en schoonheid. Het dorp Foiano della Chiana op de grens van Toscane en Umbrië daagt ons al meer dan 15 jaar uit om altijd weer terug te keren. Het fundament voor de academie hebben wij daar in 2008 gelegd. Mede daarom kozen we de Italiaanse naam La Scuola. Wij konden ons geen betere plek wensen om de grondslagen van de academie uit te denken en in een plan om te zetten. Het is mooi naar dat dorp terug te keren met La Scuola en deze 'buitengewone week in Italië'."

Erik & Ria Pool Meeuwsen, oprichters La Scuola

Open Dag | voorproeverij | 09.02.14 | 14.30 – 17.00 uur

Wil je de bijzondere vakantieweek 'Zin in Toscane' voorproeven en kennismaken met La Scuola, met de mensen en ideeën daarachter? Kom dan naar de Open Dag met een vleugje Italiaanse levenskunst: aan het einde van de winter verliefd vooruit kijken naar wat mogelijk komen gaat. Meld je je wel aan?

Tijdens de Open Dag vertellen we uiteraard ook meer over de andere activiteiten, zoals de bijzondere vakanties 'Zin in Limburg' – 'Oude woorden, nieuwe verhalen' – en 'Zin in Nootdorp' – 'Wie ben ik, een zomerse ontmoeting'. Ook kun je informatie krijgen over het meerdaagse leiderschapsprogramma 'Meesterschap' en onze diensten en producten.

Wie is La Scuola?

Vrijplaats
La Scuola biedt een veilige omgeving waarin je vrijmoedig kunt spreken en bewegen. Wat elders moeilijk is, gaat bij La Scuola gemakkelijker. La Scuola is een vrijplaats voor levensvragen en zingeving.

Ontmoeting
La Scuola is een plek voor ontmoetingen. Samen werken aan levensvragen en zingeving is inspirerend. Leven doe je samen, leren doe je samen. We worden wijzer van elkaars verhalen.

Be-leven
La Scuola stimuleert het denken (bezinning), zoekt de passie (bezieling) en zet aan tot handelen (beweging). Werken met hoofd, hart en handen is een beleving.

Het goede leven
La Scuola begeleidt de zoektocht naar 'het goede leven'. Wie ben ik? Wat drijft mij? Wat vind ik waardevol? Waar ben ik toe in staat? Hoe leef ik samen? Wat betekent sterfelijkheid voor mijn leven?

No nonsens
La Scuola werkt 'met de beide benen op de grond'. Het is de bedoeling dat de deelnemers in de dagelijkse levenspraktijk zelf een stap verder komen. Levenskunst is praktisch, een filosofie voor alledag.

De naam
La Scuola is een Italiaans woord dat je uitspreekt als 'la skwola'. Daarin weerklinkt de ruimte, schoonheid en levensenergie die de oprichters in Italië ervaren, waar de academie werd geboren. Daarom is er 's winters een 'open dag' in Toscaanse stijl en 's zomers een bijzondere vakantie tussen de zonnebloemen, op de geboortegrond van La Scuola.

La Scuola in beeld
'Waar La Scuola is, is de stoel en waar de stoel is, is La Scuola.' In beeldmateriaal en in de ontmoeting kom je de stoel tegen: symbool voor de rust en vrije ruimte die La Scuola wil bieden. 'Iedereen verdient zijn eigen plaats in het leven en La Scuola biedt de gelegenheid 'jouw' plek verder inhoud te geven'.

Samen leren
'De mens leeft samen, de mens leert samen.' Een levenshouding ontwikkelen is een bewust proces waar anderen voor nodig zijn. Je leert van verhalen van anderen door samen te reflecteren. Ervaren mentoren begeleiden je daarbij op een socratische wijze: onderzoekend, vragend en aansluitend bij jouw ervaring. Zij trainen niet. La Scuola is een vrijplaats waar je in eigen tempo op eigen-wijze aanwezig bent, waar je vanuit jouw eigen levensovertuiging (samen) werkt aan een betekenisvol bestaan.

Aanbod
De centrale vraag van levenskunst 'Wie ben ik, wat is voor mij het goede leven, hoe wil ik samenleven?' is het uitgangspunt voor een breed scala aan workshops, socratische gesprekken en bijzondere vakanties, met kunst en cultuur als inspiratiebron. La Scuola biedt naast deze activiteiten ook diensten en producten aan.

Contact

Lo Spazio | de ruimte
De thuisbasis van La Scuola is verhalenhuis ‘Lo Spazio’,
in Park Craeyenburch, Nootdorp.

Kooikerlaan 27
2631 SX Nootdorp-Delft

015 – 257 10 61
06 – 52 373 378

www.academievoorlevenskunst.nl
welkom@academievoorlevenskunst.nl

Vrijplaats | Wende Snijders

Een plek waar de wind door je hoofd waait –
waar je doet waar je buik van gaat zingen –
waar je droomt zoveel je kan –
waar je bent wie je bent.
Een plek van zand, van zee, van lucht, van aarde, van vuur –
een plek waar je nooit verdwalen kunt.
Een plek waar de vrijheid woont; daar wil ik zijn.
En als ik daarvan vertrek, neem ik die plek mee –
overal waar ik nog komen ga.