

De MAN ontmaskerd

“Jij daar,... Wie ben jij ... Wie ben jij nu ‘echt’? Wie zie ik als ik in jouw ogen kijk? Krijg ik jouw ‘ware ik’ te zien, ongekunsteld en zonder fratsen?”



Het vraagt moed om je ‘ware ik’ te ontmoeten. Om jezelf in de spiegel aan te kijken, en te zeggen ‘ik ben goed zoals ik ben’. Vaak verhullen we die delen van onszelf waar we niet blij of troost op zijn. Onzekerheid, verdriet en (oude) pijn schermen we af. We zetten ons masker op om onze werkelijke gedachten en gevoelens te verhullen en te voorkomen dat anderen kunnen zien wie je op dit moment werkelijk bent. Maskergedrag is altijd gebaseerd op angst, de angst om je ware gezicht te laten zien. Je hebt het niet altijd in de gaten dat je een masker opzet, maar soms doe je het heel bewust. Maskers zijn functioneel, het is een deel van je, maar het is niet de complete jij. Wat zou het voor jou betekenen om weer in contact te komen met je ongekunstelde zelf en dat wat jou ervan weerhoudt om je ware en complete zelf te leven?

Thema van de nieuwe cyclus

De komende cyclus van mannengroep MANifest richt zich op de ontmaskering van de man. Daarin gaan we als groep mannen op zoek naar de ware man achter je eigen masker(s) en nodigen we je uit jezelf ‘echt’ te laten zien. Waar liggen je uitdagingen, waar ligt jouw eigenlijke behoefte en welke angst heb je in de ogen te kijken.

Wat levert het jou op:

- Bewustzijn over- en inzicht in- de werking van je eigen masker(s).
- Herkennen van het opzetten-, en leren afzetten van je masker.
- Weer in contact staan met je eigenheid en kracht.
- (Dude) shit opruimen.
- Vrijheid om je eigen richting te bepalen.
- Doelgericht en krachtig in het leven staan.

Onze werkwijze

Onze werkwijze is ervaringsgericht, wij hanteren o.a.: opstellingen, meditatie, sharing, lichaamswerk en voice-dialouge.

Data, locatie en tarieven

Mannengroep MANifest komt in het najaar van 2021 met deze nieuwe cyclus, bestaande uit 5 bijeenkomsten waarvan 4 donderdagavonden en een hele zaterdag.

Sessie 1: 14 oktober van 19:00u tot 22:00 (avond)

Sessie 2: 04 november van 19:00u tot 22:00 (avond)

Sessie 3: 20 november van 10:00u tot 17:00u (dag)

Sessie 4: 02 december van 19:00u tot 22:00 (avond)

Sessie 5: 16 december van 19:00u tot 22:00 (avond)

Locatie: Hof van Barlo, Groenekanseweg 256 te Groenekan (nabij Utrecht)

Kosten: 490,- (excl. btw)

Info & vragen:

www.thijskreukels.nl/mannengroep

www.diepercoachen.nl/mannengroep

Thijs Kreukels - therapeut / coach

Paul de Bruin - coach / counselor