

# Sabbatraject...



*Ben je ook op zoek naar vrede in jezelf? Naar het moment dat je thuis komt? Je kunt het bereiken door op weg te gaan. Door net als Abraham te luisteren naar de oproep van God en een onbekend land in te trekken. Onderweg doe je allerlei pleisterplaatsen aan. Ik loop een tijd lang met je mee.*

---

Een sabbatraject is bedoeld voor homoseksuele mannen of vrouwen, die op zoek zijn naar vrede in zichzelf. Het is een wat langer durend traject, gestuurd door jouw eigen verlangen. Beschouw het maar als een onderdeel van je eigen levensreis, waar je een tijd lang bijzonder aandacht hebt voor wat jou in je leven beweegt. Je creëert mogelijkheden voor ontmoeting en reflectie onderweg, waardoor je verlangen en het reisdoel steeds duidelijker worden. En daardoor bereik je, dat je meer vrede vindt in wie je bent en wat je doet.

## INHOUD VAN HET PROGRAMMA

De inhoud van het programma stel je in overleg met mij helemaal zelf vast. Maar de reis vangt aan met de roep van God. Om die te kunnen horen moet je stil vallen en luisteren; dan hoor je de stem van je verlangen. Dit is misschien eerst nog een fluistering, maar het is een begin. Na het kennismakingsgesprek geef ik je een huiswerkopdracht mee, die je helpt om je van dit verlangen bewust te worden. Je plaatst dit verlangen in de tijd: je zet voor jezelf een tijdspanne neer, waarin je met deze roep bezig zult zijn. Dat is de duur van het traject. En dan begint de spannende reisvoorbereiding: welke pleisterplaatsen doe je onderweg aan?

De keuze van pleisterplaatsen is aan jou. Je kunt gebruik maken van mijn aanbod aan mogelijkheden, zoals een zelfonderzoek van je levensverhaal met de Zelfkonfrontatiemethode of een psychische massage. Informatie hierover vind je in andere folders die je kunt downloaden op de website. Maar het kan ook erg goed zijn om je een aantal dagen terug te trekken uit je gewone leven door een retraite af te spreken in bijvoorbeeld een klooster of een retraitecentrum. Je kunt daarin nog een stap dieper gaan, door te kiezen voor een stiltedag of een stilte-retraite. Voor een ander kan het juist heel goed zijn om een aantal dagen te genieten in een wellness-omgeving of een tantra-training te doen. Tussen de pleisterplaatsen in ontmoeten wij elkaar in mijn praktijk. We bespreken wat jou bezighoudt en bekijken je ervaringen in het licht van je verlangen. Gedurende het hele traject kun je ondersteuning per e-mail krijgen.

## WAT KOST HET?

De prijs is afhankelijk van de invulling die je in overleg met mij aan jouw traject geeft. Voor gesprekken reken ik een hoger uurtarief dan voor uitgebreidere onderdelen zoals ZKM-zelfonderzoek of psychische massage. De details vind je in de folder met tarieven. Onderdelen die je elders volgt, reken je af met de desbetreffende instelling of organisatie. Afhankelijk van de inhoud en de omvang van het traject zijn korting en gespreide betaling mogelijk. Na het intakegesprek waarin we de inhoud definitief vaststellen, stuur ik je een passend voorstel. Als je akkoord bent, gaan we van start. Goede reis!