



# VrouwenWerk

## 3-daagse Workshop over Vrouwen voor Mannen

kijk voor actuele data op  
[www.mannenwerk.org](http://www.mannenwerk.org)

### VrouwenWerk

VrouwenWerk is een unieke 3-daagse verdiepingworkshop over vrouwen voor mannen. Het is een workshop waarin je als man wordt uitgenodigd de masculiene en feminiene krachten in jezelf te onderzoeken. Tijdens de training zal een aantal typische man-vrouw dynamieken aan bod komen, zoals de moeder-zoon relatie, het vrouwelijke in onszelf, de aard van onze relaties met vrouwen, de wortels van onze seksualiteit en intimiteit en onze verbinding met de goddelijke 'Heilige Vrouw' en onze Moeder Aarde. VrouwenWerk helpt je als man jouw psychologische en emotionele overtuigingsystemen te onderzoeken om van daaruit werkelijk de stap naar de mannenwereld te kunnen maken.



### MANNENWERK

### De Dans tussen Masculien & Feminien

De moeder-zoon relatie is een van de meest invloedrijke relaties die we als man tegenkomen in ons leven. In vroeger tijden werd de afscheiding van de zoon van zijn moeder bekrachtigd door een inwijding in de mannenwereld tijdens de pubertijd. Hij kwam daarbij onder toezicht en wijsheid van oudere mannen en mentoren te staan. Dit proces is van essentieel belang voor de ontwikkeling van de man, omdat hij leert wat het is om man te zijn, hoe hij met zijn mannelijke emoties om kan gaan en hoe hij zijn unieke kwaliteiten ten dienste kan stellen van de gemeenschap.

In onze hedendaagse cultuur wordt de zoon door de geldende gezins- en familiestructuren vrijwel uitsluitende opgevoed door zijn moeder en andere vrouwelijke begeleiders. In dit ontwikkelingsproces leert hij wel de vrouwelijke kant van het emotionele levensverhaal, maar krijgt hij weinig zicht op de mannelijke versie. Het gevolg is dat de opgroeiende man blijft dansen in de spiegel van zijn moeder en moeilijk de overstap naar de mannen kan maken. Hij weet niet waar de grens ligt tussen het mannelijke en het vrouwelijke en door het gebrek aan heldere mannelijke rolmodellen wordt hij energetisch continu heen en weer geslingerd tussen de masculiene en feminiene krachten in zijn leven en kan hij moeilijk



zijn rechtmatige plek innemen. Wanneer mannen onopgeloste kwesties in relatie tot hun moeder niet onderzoeken en omarmen, blijven zij dansen in de spiegel van hun moeders. Veel relaties lopen stuk vanwege het onvermogen van mannen om hun partner anders te zien dan hun moeder, omdat ze hun mannelijkheid enkel gestalte kunnen geven vanachter een masker.





### De Moeder-Zoon Relatie

De relatie die de moeder onderhoudt met haar zoon is gebaseerd op haar relatie met haar vader, haar man en de andere mannen in haar leven. Vaak heeft de moeder daar haar eigen verwondingen in opgelopen. Deze wonden bepalen de aard van de gewenste relatie met haar zoon. Zo kan de moeder, omdat ze bijvoorbeeld teleurgesteld is in de man, van haar zoon de ideale man willen maken. Ze geeft hem dan – vaak onbewust – bepaalde waarden, normen en gedragingen mee die zij wenselijk vindt. De zoon ontwikkelt hierdoor een beeld van zichzelf dat eigenlijk het beeld is van de moeder en niet zijn eigen authentieke zelfbeeld. De zoon wordt dan als het ware 'gewurgd' door de liefde van de moeder, waardoor hij beroofd wordt van zijn autonomie, wat het voor hem moeilijk maakt om vanuit eigen kracht zijn eigen pad te volgen.

### Mannelijke Initiatie

Om de oversteek naar een volwassen en bevredigende mannelijke identiteit te kunnen maken hebben we de uitreiking van de vader en de mannen in ons leven nodig. We willen als man geroepen worden. We willen mannelijke rolmodellen zien. We willen uitgenodigd worden om onze mannelijkheid te laten zien, om de man te zijn die we wezenlijk van binnen zijn. En daar hebben we onze mannenlijn en de wijsheid van de Grootvaders voor nodig. Om erachter te komen wie hij werkelijk is moet de man zijn veilige omgeving verlaten, zijn opgelegde waarden en normen onderzoeken om zo zijn eigen waarheid en kijk op het leven te ontwikkelen. Alleen dan vindt hij zijn eigen identiteit en het vermogen om te weten waar zijn leven over gaat. Voor de hedendaagse man is het moeilijk om dit proces zonder 'wonden' en zelfverwijt te doorlopen. Veel mannen blijven hangen in het huis van hun ouders, enerzijds door de zuigende en bindende kracht van de moederschoot, anderzijds door de afwezige vader en het ontbreken van mannelijke rolmodellen. In dit proces kunnen mannen zich moeilijk losmaken uit de moederschoot en een mannelijke wijze van leven en voelen ontdekken.

### Praktische Informatie

#### Werktijden, kosten & locatie

De workshop begint op donderdag om 21.00 uur en eindigt op zondag om 18.00 uur. De kosten voor de workshop staan vermeld op onze website [www.mannenwerk.org](http://www.mannenwerk.org).

De workshop vindt plaats in de Hof van Axen in Witteveen.

#### Begeleiding

De workshop wordt gefaciliteerd door André Stip, Guido Spijk & Edwin Holwerda. Onder de naam MannenWerk bieden zij workshops aan voor mannen over kracht, gevoel, liefde en leiderschap. De doelstelling van de workshops is om mannen te ondersteunen in het ontdekken en ontwikkelen van een bewust, volwassen en krachtige mannelijke identiteit.

#### Informatie & Aanmelden

Voor meer informatie kun je contact opnemen met Guido (06-53863066), André (06-12457859) en Edwin (06-42247734). Je kunt ons ook een e-mail sturen ([info@mannenwerk.org](mailto:info@mannenwerk.org)). Inschrijven voor de workshop kan via de pagina VrouwenWerk op [www.mannenwerk.org](http://www.mannenwerk.org).

### De Terugkeer van de Koning

In veel oude mythische verhalen wordt vaak gezegd dat elke man twee keer wordt geboren. De eerste keer uit zijn moeder. De tweede keer uit zichzelf; als een Phoenix die herrijst uit zijn eigen as. Dit is de wedergeboorte, de wederopstanding. De prins die Koning wordt, de terugkeer van de Koning. Om wedergeboren te worden moet de man, net als Odysseus en vele andere helden, op reis gaan. Deels alleen, deels in het gezelschap van andere mannen, het onbekende tegemoet. Naar het land van draken en demonen, op zoek naar de sleutel onder het kussen van zijn moeder, op zoek naar de Heilige Graal en het magische elixer. En als hij dit gevonden heeft, en waardig is gebleken, keert hij als herboren weer huiswaarts alwaar hij zijn herwonnen gaven kan aanbieden aan de gemeenschap. Hier is echter moed voor nodig. Moed om de sleutel tot je leven te durven pakken. Moed om werkelijk op reis te durven gaan, je eigen draken te ontmoeten en je wonden te helen. En moed om alleen te kunnen zijn met jezelf, in de spiegel te durven kijken, beseffen dat je van jezelf houdt en je eigen dans te dansen. Met zowel je lichte als je schaduwkanten.

*“Al vroeg ervaren we vrouwen als degenen die ons vervullen, die ons troosten en voor ons zorgen, zonder bij het opgroeien de kans te hebben om te leren hoe we onszelf kunnen vervullen en ons vervuld te voelen terwijl we daadwerkelijk van vrouwen gescheiden zijn.”*

- Sam Osherson, Finding our Fathers -

VrouwenWerk staat in het teken van deze mannelijke wedergeboorte. Het ondersteunt je als man om werkelijk los te komen van jouw moeder-zoon relatie. Het helpt jou je opnieuw te verbinden met het vrouwelijke deel in jezelf. Het geeft je de energie om vanuit jouw herwonnen mannenkracht je opnieuw te verbinden met de vrouwen in je omgeving. En het stelt je in staat jouw eigen dans te gaan dansen, je eigen unieke levenspad te volgen en je rechtmatige plek als Koning weer in te nemen. Vanuit je hart. Met daadkracht en passie!



### Opbrengst & Doelgroep

VrouwenWerk is voor mannen die een volgende stap durven te zetten op hun pad van persoonlijke ontwikkeling. Het is een workshop voor mannen die alle aspecten van het leven willen ontdekken, omarmen en integreren. Het is voor mannen die werkelijk vrij willen zijn en die vanuit hun authentieke kracht in de wereld zetten wat ze te doen hebben.

VrouwenWerk is een mannen workshop waarin mannen, middels ervaringsgerichte oefeningen en technieken, mythologische verhalen en rituelen, met elkaar onderzoeken hoe ze zich herwonden tot zichzelf, de ander en de wereld. Daarnaast werken we veel in het hier-en-nu om datgene wat zich aandient te laten ontvouwen. De workshop biedt mannen een bijzondere mogelijkheid om zich in broederschap met elkaar te verbinden, verhalen te delen, wonden te helen en om gezamenlijk de moderne equivalent van een 'rite of passage' te ervaren.