

November 2008

Lieve en beste mensen,

Binnenkort versturen wij de jaarlijkse mailing aan alle mensen in ons bestand. Ook jij zult deze ontvangen. Opnieuw is de aanleiding dat we “op Sablou” met de feestdagen weer twee inspiratieweken hebben: WELKOM !

Vrienden, familie en ex-deelnemers aan “DOE MEE” staan bij ons met stip genoteerd. Met hen willen wij graag meer delen over ons wel en wee. Jij hoort daarbij, vandaar, voor onze mailing de deur uit gaat, eerst deze nieuwsbrief (voor beperkte kring):

#### Hoe is Sablou (in 2001) begonnen?

Amorf, zonder vorm, als een pasgeboren baby. Als experiment met het leven. Veel vallen en opstaan op een plek waar leven en natuur al duizenden jaren uitbundig aanwezig zijn.

Sablou gaat verder op haar pad. We ontmoeten elkaar, nieuwe en al bekende mensen, soms zelfs al heel vertrouwd.

#### Waar zijn we nu?

Wij vinden zelf op de grens van puberteit en adolescentie, met zicht op een mooie ontwikkeling. De toestand in de wereld heeft ons geholpen onze focus helderder te krijgen. De volwassenheid naakt. Het leven begint, telkens opnieuw, elke dag weer. Vroeger werkten we veelal enkel aan onze gebouwen en onderhielden we onze natuurlijke omgeving. Nu staan inspiratie, onze eigen ontwikkeling en meditatie meer centraal. Ons werk en onze contacten krijgen meer inhoud, zo je wilt: een diepere betekenis. Het bekende: *“Er is niet veel veranderd, toch is alles anders”*.

Sommigen voelen zich daarbij thuis en zijn blij, anderen zoeken het elders. En hoewel wij nog steeds een beperkt aantal schouders hebben om de grootsheid van Sablou dagelijks te dragen, laten steeds meer lieve, krachtige, kundige levenskunstenaars hun stem horen en hun inbreng zien. Ze doen dit niet alleen om droog te zitten als de zee stijgt, maar vooral ook om een spirituele leegte te vullen. Wij zijn hier erg blij mee.

Na jaren van zaaien zijn we nu aan het oogsten; Sablou lijkt werkelijk te worden zoals bedoeld. Alle dagen mediteren we 's ochtends met elkaar en aan het eind van de dag zingen we in de kapel. Simon kan zijn ei weer kwijt en is in zijn element.

Na de klankschaal-retraite die hij samen met Janneke Hollander in september gaf, had Simon zes cliënten die enkele maanden bleven voor een intensief begeleidingstraject. De reacties zijn positief en Simon wil hier in het nieuwe jaar mee doorgaan (en: de eerste cliënt voor 2009 heeft zich al weer gemeld). Goed nieuws is dat we het vooruitzicht hebben dat mensen die enkele maanden op Sablou willen verblijven voor intensieve begeleiding dit veelal grotendeels vergoed kunnen krijgen door hun ziektekostenverzekering. Dit wordt momenteel door ons uitgewerkt.

Voor Annet was deze zomer een mijlpaal. Na 7 jaar kon zij -voor het eerst- toekijken hoe vooral anderen het werk deden. Niet dat alles op rolletjes liep, maar het zeer gemotiveerde en zelfstandige vrijwilligersteam had olv. Gonda, William en Johan nog weinig behoefte aan aansturing. Heel erg veel dank aan allen die hun steentje bijdroegen ! Annet's volgende stap is simpelweg meer genieten op Sablou van het niet-doen en meer tijd voor zichzelf nemen buiten Sablou.

Daartoe wil zij meer scheiding aanbrengen in werk en privé: een nieuw e-mailadres is daarvan oa. het gevolg.

Privé kun je haar voortaan bereiken op [annet@stressweg.nl](mailto:annet@stressweg.nl)

Ook speelt Annet tegenwoordig saxofoon. Niet dat het al ergens naar klinkt ..... maar Annet word er blij van en dus wij ook. Behalve dat zij haar voettocht naar Compostella voor de winter af wilde maken, was haar voornemen om daarna een reis naar India te ondernemen. Dit is momenteel onzeker omdat Annet, ivm. ziekte van haar moeder, naar Nederland ging, waar zij momenteel nog verblijft. Binnenkort verwachten wij haar weer op Sablou. Haar reis naar India is onzeker en Annet's motto is nu:

*“de eigenlijke ontdekkingsreis is niet het ontdekken van nieuwe landen, maar het leren zien met nieuwe ogen”.*

William Nicoll en Johan Voogdt behoren nog steeds tot het bewonersteam en laten hun invloed gelden in de bouw en op het terrein. Wie nu onze nieuwe zolder ziet, snapt onmiddellijk waarom William “de beul van Sablou” genoemd wordt: een ware metamorfose.

De akelige smoezelige kamertjes zijn omgetoverd tot prachtige appartementen met grotendeels eigen sanitair. Hoeveel meiden en dames er in ons zgn. mozaïek-team hebben meegewerkt, weten we niet eens meer. Het waren er veel.

Het was monnikenwerk (meditatief, stil en langdurig) met een prachtig resultaat.

William zou oorspronkelijk een half jaar op Sablou blijven en is er inmiddels anderhalf. Zowel hij als wij ervaren dat we veel voor elkaar betekend hebben. William laat mooie tastbare dingen na en gaat na januari weer verder op zijn eigen pad.

Johan is inmiddels opa geworden en nota bene weer verliefd.

Wat wil een mens nog meer ??

Qua bezetting is Gonda van Hal, onze mede-bewoonster sinds afgelopen winter, de grote aanwinst van dit jaar.

Zowel door “wie zij is”, als door haar ervaring in organisatie en coördinatie is zij een grote steun.

Vanaf het vroege voorjaar sloten (kunst)schilder Michel van de Zwan en kasteel-beer (niet –heer) Stephan Poot zich voorlopig bij ons aan.

Onze wens is dat zij het Sablou- team nog lang mogen versterken.

### Waar gaan we verder heen met Sablou ?

Als je het weet mag je het zeggen.  
Graag zelfs, zeg het en kom tot actie.  
Om met Loesje te spreken:

*‘Lef is angst plus actie  
het meervoud van lef is leven’*

Actie op Sablou is er voldoende en ruimte voor nieuwe mensen met potentieel, die een sprong willen maken ook.

We zijn momenteel reeds met vier mooie mensen uitgebreid in de verkenningfase.

### Een blik op 2009:

Lama Karma Wangdi, reizend Lama uit Buthan liet ons weten zijn eigen centrum op Sablou te willen creëren, waarmee de Oosterse en Westerse filosofieën kunnen worden verbonden.

“East meets West on Sablou”.

David Hykes, The Harmonic Choir, wereldwijd bekende meester / boventoonzanger komt vermoedelijk in februari diverse workshops bij ons geven.

Alle groepen van 2008 hebben reeds voor 2009 geboekt, en diverse nieuwe workshops zijn gepland, o.a. BIODANZA, 5-rithme dansen, en veel meer.

In 2009 bruist Sablou van de spirituele leraren en hun deelnemers.

Simon voelt zich wel bij zijn nieuwe rol op Sablou, zoals dagelijkse onderricht in de vorm van meditatie, zang en dans en bij de begeleiding van zijn cliënten.

Data nieuwe Meditatie-, klankschaal-retraite door Simon en Janneke zijn: 15 t/m 20 februari en 28 juni t/m 3 juli.

#### En verder...

de gebouwen, de tuin, het park en bos blijven aandacht vragen, evenals het huishouden. Het aantal geïnteresseerden voor "DOE MEE" wordt elk jaar groter, dus belangstellenden dienen zich op tijd te melden. Middels het intake-formulier, dat we sinds 2 jaar gebruiken kunnen we steeds meer selecteren wie werkelijk bij ons past.

#### Wat is de vrucht ?

Die is voor ieder anders en toch hetzelfde. Meditatief bouwen, ont-moeten, zijn... anticiperen op een andere, inhoudsvollere wereld in samenzijn, groei en ontwikkeling.

De financiële crisis treft ook ons.

Dit geeft dubbele gevoelens.

We kunnen niet meer doorgaan geld in Sablou te pompen. Dit betekent dat de uitdaging er ligt om van ons experiment een kloppend verhaal te maken en dat voelt goed.

We moeten op Sablou nu kostendekkend gaan werken en leven.

Bovengenoemde ontwikkelingen stemmen ons daarover optimistisch.

Onze eerstvolgende activiteit is het programma met de feestdagen, de zgn. inspiratieweken.

We nodigen je van harte uit om hieraan deel te nemen en we zouden het fijn vinden als je dit ook onder de aandacht van anderen brengt. Indien je zelf een bijdrage wilt leveren aan onze inspiratieweken (bijv. voetreflexmassage of andere kunsten) laat het ons weten.

Als je binnenkort onze mailing hiervoor ontvangt, kun je zien dat wij voor donateurs van de Stichting "Vrienden van Sablou" (en dat ben je in ieder geval als je deelnemer was aan "DOE MEE") een aangepast tarief hanteren.

Voor donateurs geldt dat je in plaats van de normale prijs, slechts € 150,= per week (all in) betaalt. Daarbij gaan we ervan uit dat je hand- en spandiensten verleent.

Als je meer wilt werken en meer korting wilt krijgen: bel ons voor overleg. Je weet er is veel mogelijk op Sablou.

We zouden het fijn vinden als je komt en waarderen het zeer als je ook iemand uit je vrienden- of kennissenkring meeneemt. Als dit het geval is, betaal je € 50,= minder (als je zelf niet komt, is die € 50,= korting voor jouw bekende).

#### Gooi een steen in het water

Je kent vast deze metafoer.

Wil je ons helpen rimpels te veroorzaken ? We zouden het fijn vinden als je de mailing van volgende week door wilt zenden aan anderen die mogelijk geïnteresseerd zijn in Sablou. Voor veel "alleengaanden" is Sablou een ideale plek voor vakantie (bijvoorbeeld met de feestdagen) of retraite.

Wie weet zien we jou/jullie binnenkort. Indien we je niet ontmoeten met de feestdagen: wie weet in het nieuwe jaar. Wij verheugen ons daar op.

In elk geval wensen we je inspirerende feestdagen toe en alvast een liefdevol 2009 !

Hartelijke groet van

Simon en Annet,  
Gonda,  
Johan,  
William,  
Stephan,  
Michel

