

Als Persoon van Kennis naar wijsheid

In mijn praktijk als coach krijg ik vaak mensen die op zoek zijn naar hun persoonlijke geluk. Vaak zijn ze hiermee al een tijd bezig, en lopen ze toch tegen belemmeringen aan die ze niet alleen kunnen overwinnen. Het ontwikkelen van hun persoonlijke wijsheid helpt bij het creëren van het gevoel van geluk. Zo kun je leren om je emoties niet alleen te beheersen, maar ze zelfs te gebruiken. Je kunt ontdekken wat jouw persoonlijke overtuigingen zijn die je blokkeren bij het realiseren van je droom. En als je dan wat lagen van de ui hebt afgepeld kun je nog aan de slag gaan met je patronen, die er vaak al jong ingekomen zijn en die ooit heel nuttig waren.

Er zijn een aantal schijnbare paradoxen die bijna altijd aan de orde komen:

Eigen verantwoordelijkheid versus omgeving

Werken met bewustzijn

Je bent verantwoordelijk voor je eigen carrière, niet je baas of iemand anders in je omgeving. Het helpt wel om te kijken wat je in je omgeving hebt gecreëerd, want daar liggen nou juist al je leerpunten! Het kan dus zijn dat het lijkt of je omgeving, of iemand in je omgeving, je heel erg tegenwerkt.

Vrije wil versus resultaatgerichtheid

Werken met overtuigingen

Je hebt een vrije wil, dat betekent dat je kan kiezen voor een partner, vrienden, werk, acties, etc. Er is echter een verschil tussen de echte vrije wil, en de wil om iets te bereiken, wat ik verder resultaatgerichtheid zal noemen.

Resultaatgerichtheid kennen veel mensen. Het wordt op het werk enorm gewaardeerd en er zijn zelfs vele cursussen gericht op het creëren van wat je wilt.

Vrije wil is pas goed inzetbaar als je je bewust bent van de keuzes die je hebt, en heel goed weet wat de droom is waar je naar toe wil werken. Om dat te bereiken is het vaak nodig om eens heel eerlijk in de spiegel te kijken. En dan kan blijken dat je soms dingen doet, “omdat het zo hoort”, of “omdat je denkt dat je nou eenmaal zo bent”.

Je eigen weg versus sociaal gedrag

Werken met emoties

Dan sta je op eigen benen, je hebt de belemmerende overtuigingen (vaak cultureel bepaald) uit de weg geruimd, en dan loop je nog tegen blokkades op. Dan kan het zijn dat je een bepaald patroon hebt ontwikkeld (bv. als iemand boos wordt ga ik weg, letterlijk of figuurlijk). Het is zo normaal, dat je niet eens doorhebt dat je het doet. Het is dus ook moeilijk om je er bewust van te worden. Als je de blinde vlek eenmaal hebt ontdekt, kan je ermee aan de slag. Veel puzzelstukjes zullen op hun plaats vallen, en eindelijk heb je zelf een stuur in handen waarmee je richting kan geven aan je leven.

Wil je aan de slag? Bel 06-25527550 voor een afspraak!