



# Voorjaar 2024



hartsupport  
loopbaansupport



## Voorjaar

Wat een heerlijke tijd is dit, vooral afgelopen week dat de zon en temperatuur zo aangenaam waren. Natuurlijk ook omdat de natuur weer zo veel kleur krijgt, wat mij betreft genieten en het kan me ook dankbaar stemmen, herkenbaar? Ik zou nog terugkomen op de planning m.b.t. het stimuleren van een door mij gewenste ontwikkeling. De planning had ik in outlook gezet als reminder, dat werkte goed. Maar wat ik gaandeweg heb aangepast is de frequentie waarop het verscheen én de inhoud van het bericht. Ik merkte namelijk dat het mij soms irriteerde als het inmiddels bekende bericht 'weer' verscheen én dat de tekst mij niet meer inspireerde. Het vervolgens aanpassen van de tekst en de frequentie heeft de werking ervan weer nieuw leven ingeblazen.. Wordt vervolgd. 😊

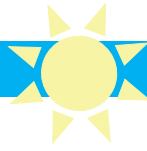
## Oorspronkelijkheid leven

De blog over [eigenheid en belemmeringen](#) gaat wat mij betreft over 'onze oorspronkelijkheid leven'. Dat klinkt misschien wat hoogdravend en/of abstract, maar het is niet zozeer anders dan te leven vanuit onze innerlijke rust en een innerlijk weten; zo is het goed!

Dit is los van 'moeten', los van 'overtuigingen', los van 'ingehouden' gedrag of 'profileer' gedrag. Het is met gemak, ontspannenheid en vanzelfsprekendheid. Naar mijn beleving gaat dit vanuit een diep verlangen om 'oorspronkelijkheid' te kunnen leven. Natuurlijk lukt dit heel vaak niet, maar het is wat mij betreft een mooi streven om dit meer ruimte te geven.

Blogs op de website:





### Identificeren; verdeeldheid en/of verbondenheid

Op de website staat een blog over [identificeren](#). Het is een bijzonder fenomeen -identificeren- vooral omdat we het allemaal doen én omdat we allemaal –veelal– deels of geheel in onze eigen identificaties geloven. Zo ben ik nu eenmaal, zo doe ik nu eenmaal en als je mij niet accepteert zo-als ik ben dan houdt het op, enz. Allemaal uitspraken die ontstaan uit het proces van identificeren.



Je kunt identificeren zien als een deels of geheel losraken van onze oorspronkelijkheid waar op de vorige pagina over wordt geschreven. Het is n.m.m. echter een boeiend proces en een proces waar we misschien niet zo bij stilstaan.

Duidelijk zal je zijn dat het mij boeit omdat ik het bij mijzelf en ook mijn cliënten zie, hoe lastig het is om -meestal- een beperkend over dominante identificatie los te laten.

Zoals ik ook in het blog schrijf, is het proces van over-identificatie mede verantwoordelijk voor 'gedoe'. Of het nu ruzie, relletjes, hooligans, criminaliteit, polarisatie of oorlog betreft, het zijn deels of geheel uitersten van over-identificatie. Waarbij over-identificatie gemakkelijker leidt tot verdeeldheid, terwijl -het besef en het leven- mede van uit onze oorspronkelijkheid eenvoudiger kan leiden tot verbondenheid. Of op zijn minst de intentie tot verbondenheid.

Misschien wat te idealistisch maar ik wens ons meer contact met onze oorspronkelijkheid toe, of zoals het in de blog staat onze 'post-identificatie'.

### Gezien worden

Een afgeleide van identificeren is *gezien worden*. Niet werkelijk gezien (incl. gewaardeerd) worden in wie je bent is misschien wel de grootste pijn die we soms hebben moeten ervaren. Het niet gezien worden in wie we zijn, betekent veelal dat we anders moeten zijn, maar hoe dan, wie dan, wat moet er wel wat niet...? En zo kunnen we gaandeweg deels of geheel het besef van onze oorspronkelijkheid vergeten.

Werkelijk gezien worden. is gezien worden in onze oorspronkelijkheid. Zoals we naar een baby kunnen kijken, zo wil een ieder gezien worden, maar dat blijkt niet zo eenvoudig, toch?

Hoe wij meestal kijken naar een baby verschilt natuurlijk, maar dat bestaat o.a. uit: zien dat dit mensje welkom is op deze aarde en dat we het alle goeds toewensen.

Alle goeds toewensen is dan zo ongeveer een combinatie van:

- >> dat je er mag zijn –je oorspronkelijkheid–
- >> dat je mag worden wie je bent –je uniciteit inclusief oorspronkelijkheid uitdrukken in je leven– en
- >> dat je er bij hoort –wij zien en waarderen het oorspronkelijke én unieke in elkaar.



Ik wens ons allen alle goeds toe!

