



Houdt het dan nooit op?

Wanneer je iets wilt leren lukt dat het best wanneer je geconfronteerd wordt met het tegenovergestelde.

In ons leven worden we voortdurend geprikkeld door signalen: ontmoetingen met mensen, acties van je kinderen, gesprekken met collega's, beelden op televisie en ga zo maar door. Alle signalen zeggen iets over onszelf.

Door voortdurende confrontatie met één en hetzelfde onderwerp, kan je achter je oor gaan krabben waarom je dat nou steeds op je pad krijgt. Elke keer weer overkomt je iets in telkens een andere variant. Vaak om moedeloos van te worden.

Wanneer je gekozen hebt in dit leven voor bepaalde leerstukken, dan blijft zich dat aandienen totdat je er bewustzijn op hebt. Daarna kan je het loslaten. Je bent dan vrij te kiezen hoe je in het vervolg omgaat met soortgelijke ervaringen.

Zo'n traject noemen we proces: Een periode in tijd waarin je leert van wat op je pad komt. Elke keer weer een ander facet van wat je te leren hebt.

Als je bereid bent om te leren, dan durf je ook de confrontatie met het proces aan te gaan. Het is niet altijd leuk.. je hebt namelijk altijd emoties die je hierin de weg wijzen. Of je dit nu leuk vindt of niet. Maar de beloning is altijd de moeite waard!

Je kan er ook voor kiezen om weg te lopen voor het proces. Zand erover. Niet over praten. Doen alsof het er niet is. Dit werkt helaas maar voor korte duur. Ergens in tijd komt een nieuwe confrontatie met het proces, alleen dan 10x zo zwaar. Net zolang totdat je bereid bent om het leertraject in te gaan. Hoe langer je dus wegloopt, hoe heftiger het proces zal zijn. Zo heftig zelfs, dat het zich kan ontladen in ziekte of pijn..

Besef dat je altijd een keus hebt. Niet in je leerstukken, maar wel in het leerproces.

Prettig is het dan ook om je processen te herkennen. Je bewustzijn te vergroten en helderheid te creëren voor jezelf. Dit maakt het een stuk makkelijker om te leren. Dan hoeven de signalen niet zo sterk te zijn, dat je het gevoel hebt er onderdoor aan te gaan. Jij bent zelf diegene die dit bepaald!

Hoe je dat doet? Door te letten op de dingen die op je pad komen. Aandacht te hebben voor je medemens en jezelf. En leven vanuit je gevoel en intuïtie. En weet je.. als je het gevoel hebt dit niet te kunnen, maar het wel graag wilt, dan zijn er altijd mensen die je verder kunnen helpen. Durf maar eens te luisteren en te horen wat ze zeggen..

Marko van der Beek
Leef je Wens.nl