



organisatie ontwikkeling
coaching en training

CEDEO MAAK WERK ERKEND
bedrijfsopleidingen

Passie.

Creativiteit

Deze bijzondere eigenschap begint met het introduceren van de vraag in je geest, dan ontspannen en met vertrouwen afwacht. Deze aanwijzing komt uit het boek van Deepak Chopra. Hij schrijft dat dit typisch is voor mensen die als zeer creatief worden beschouwd.

Welnu de vraag stellen is niet zo moeilijk, maar in vertrouwen afwachten dat is mogelijk wat lastiger. Waarop vertrouwen, op wie en hoe lang zal het duren . . . en mogelijk nog meer vragen. Hier wil ik graag de verwijzing maken naar *Werken vanuit het Hart*.

Alleen met je hart kun je goed zien. Het wezenlijke is onzichtbaar voor het oog

- de Kleine Prins

Er is maar een plek in ons lijf waar vertrouwen zetelt en dat is in ons hart. Onze mind kent geen vertrouwen, alleen maar twijfel. Twijfel is op zich prima, mits het op de juiste wijze wordt ingezet. Twijfel in vorm dat het verlamd werkt, kunnen we niet wegdenken. Er ontstaat dan ogenblikkelijk een ander volgende twijfel, totdat we vertwijfeld onze wens maar laten liggen.

Alleen in ons hart kunnen we het vertrouwen vinden. Hiermee is de vraag waarop en op wie we vertrouwen beantwoord: op liefde en op onszelf.

Passie

Passie is naar mijn bescheiden mening hetzelfde als leven met je diepste verlangen, leven met het verlangen betekenis te willen hebben als mens en daarvan afgeleid de betekenis in de rol als ouder, partner, professional, vriend en andere rollen. Passie is heel abstract, dat voelen we, ervaren we . . . je passie kun je niet bedenken. Dat wil dus zeggen dat passie ook een kwestie van het Hart is.

In de Slinger van Groei is het hoogste - abstracte - niveau *missie*. Ook dat is een ander woord voor passie. Wanneer dit waar is, ligt dus het antwoord op de vraag *wat is mijn passie* dus ook op dit abstracte niveau, terwijl de meeste mensen (en jij misschien ook) het antwoord zoeken op een concreet niveau, met vragen als *wat voor werk wil ik doen* . . .

Passie is een keuze ! Gepassioneerde leven is een keuze, gepassioneerde moeder zijn is een keuze, gepassioneerde professional zijn is een keuze.
Dat is wat anders dan *ik wil*. *Ik wil een gepassioneerde professional zijn*, betekent dat je van mening bent dat dit nu niet het geval is en dat je mogelijk vindt dat je oppervlakkig leeft. En dat is de werkelijke referentie, de basis overtuiging en daaraan gekoppeld het patroon van *vermijden*.

Passie is ook de keuze om van het Leven een Kunstwerk te maken. De keuze is een innerlijke ervaring, een referentiekader dat zich vrijwel niet in woorden laat uitdrukken en toch een referentiekader is waaraan we ons handelen kunnen toetsen: *is dat wat ik nu doe, van plan ben te doen, te zeggen . . een uitdrukking van mijn leven als een Levenskunstenaar*. Ook dit is een vraag aan het hart.

Innerlijke Leermeester (vrij naar Deepak Chopra)

Om als Levenskunstenaar, als gepassioneerde . . ., als Schepper in verbinding te zijn met je Innerlijke Leermeester en een betrekking te ontwikkelen, zijn de navolgende overtuigingen en uitgangspunten zeer behulpzaam: Mijn Innerlijke Leermeester in verbinding met mij als Levenskunstenaar, als Schepper, als gepassioneerde . .

- heeft een ongekend creatief potentieel
- heeft een open houding
- is geïnspireerde
- is overvloedig en genereus

Beschouw jezelf als de Schepper, als de regisseur van je eigen Leven, als de gepassioneerde regisseur . . dan is er geen enkele twijfel over het resultaat.

Intentie

De scheppingsdaad is terug brengen tot de component *intentie*: de intentie gepassioneerde te leven als . . . Vasthouden aan je droom, aan je diepste verlangen.

De Schepper, de Gepassioneerde . . ., de Levenskunstenaar richt zich op de specifieke eigenschappen en overtuigingen (vrij naar Deepak Chopra)

De mensen die de kunst van de intentie hebben leren beheersen, hebben de volgende eigenschappen:

1. ze hechten zich niet aan het verleden of aan de mogelijke uitkomst van een situatie. Wat het verleden betreft zien zij dat hoogstens als een bron van wijsheid.
2. ze passen zich snel aan fouten en verkeerde inschattingen aan.
3. ze hebben goede voelsprieten en merken de kleinste signalen op.
4. ze hebben een goed verbinding tussen hun geest en lichaam, tussen hun hoofd en hun hart.
5. het kost hun geen enkele moeite onzekerheid en ambiguïteit te aanvaarden
6. ze wachten het resultaat van hun wensen en verlangens geduldig af en vertrouwen daarbij op het leven. Vertrouwen erop dat het leven hen dat zal brengen wat in de gegevens situatie het enige juiste is.
7. ze leggen een karmische verbinding – de oorzaak en gevolg relatie - en zijn in staat en bereid de betekenis van zogenaamde toevallige gebeurtenissen te zien.

Aan het boek *Met Kinderen groeien* ontleen ik de navolgende intenties. Ik heb ze aangepast aan gepassioneerd leven als . . .

1. ik zal al mijn creativiteit aanwenden bij bewust en gepassioneerd leven . .
2. ik zal gepassioneerd leven in mijn rol van . . . als een spirituele discipline beschouwen, dat wil zeggen dat het mij elke noodzakelijke gelegenheid zal bieden om zelf wijsheid en een open hart te ontwikkelen, zodat ik uiteindelijk mijn eigen ware aard zal kennen en uiten, en de wereld zal delen in wat het beste is voor mijzelf.
3. ik zal in mijn dagelijkse leven bewuste aandacht en onderscheidingsvermogen ontwikkelen, vooral ten opzicht van de ander in relatie tot mijn rol, en mijzelf door mij bewust te worden van mijn ademhaling in het huidige moment verankeren.
4. ik zal mij volledig inzetten om te zien wie de ander in relatie tot mijn rol werkelijk is, en om eraan te denken hen te accepteren zoals zij zijn in plaats van door mijn eigen verwachtingen en angsten verblind te worden. Door mijzelf plechtig te beloven zelf een vervuld, gepassioneerd leven te leiden en te proberen mijzelf te zien en te accepteren zoals ik ben, zal ik beter in staat zijn de anderen op dezelfde manier te accepteren. Op deze manier kan ik hen helpen innerlijk te groeien en hun volledig potentieel als uniek wezen te verwerkelijken.
5. ik zal uit alle macht proberen dingen vanuit het standpunt van de ander te zien, en te begrijpen wat de behoeften van de ander is, en deze naar beste kunnen vervullen.
6. ik zal als wat zich in mijn eigen leven en dat van de ander voordoet, ook de donkerste en moeilijkste tijden, als *koren op mijn molen* te gebruiken om als mens te groeien, zodat ik beter in staat ben de ander vanuit mijn rol, te begrijpen.
7. ik zal deze intenties in mijn hart sluiten en mijzelf ertoe verplichten ze naar beste kunnen in praktijk te brengen, elke dag, en wel zo dat het voor mij goed voelt en dat de soevereiniteit van de ander gerespecteerd wordt.

Innerlijke Stilte

Zoals al eerder in dit artikel aangegeven is passie een kwestie van het hart. Ook vertrouwen vind zijn oorsprong in het hart, immers in het hart zetelt Liefde.

Dankbaarheid is ook hier een zeer adequaat "middel" om met vertrouwen en geduld te wachten op het resultaat.

Innerlijke Stilte brengt ons in verbinding met ons Hart en met al hetgeen daar zetelt, dus ook met onze Passie.

Geluk is een kwestie van kiezen, passie ook !!!

Geluk - 1

Geluk is niet iets hebben of bereiken (het winnen van de zaak is einde van het vermaak). Geluk is het afwezig zijn van lichamelijke pijn en innerlijke (geestelijke) onrust. Geluk is het 'streven naar . . .' niet het 'aankomen in . . .' (niet het doel maar de weg). In dat opzicht is het resultaat alleen maar belangrijk als herinnering en als meetpunt.

Vergelijk het stillen van honger. Het stillen van de honger is het grootste genot en niet 'heel erg gestild zijn'. Bij gemoedstoestanden is het de afwezigheid van belastende emoties, de afwezigheid van dalen en niet het op de toppen verkeren (Miriam van Reijen)

Angst is de grootste bedreiging van het geluk.

Flow (csikszentmihalyi ISBN 90-5352-508-4) is de staat die in de verhouding vaardigheden en uitdaging, ligt tussen angst en verveling. Dit gaat wat mij betreft meer op voor wat je doet. Het sluit evenwel zeer goed aan bij passie, bij de betekenis die we willen hebben.

'Gelukkig worden' maakt ongelukkig, omdat je geluk nastreeft en daarmee aangeeft dat je niet gelukkig bent. Geluk kan gevonden worden, is aanwezig in het heden, in het hier - en nu, door te accepteren dat dingen zijn zoals ze zijn (en niet wensen dat ze nu anders zijn). Aanvaarden ! Niet berusten! Maar grenzen verleggen, weer aanvaarden en accepteren wat er is, verder gaan, grenzen verleggen en opnieuw accepteren - Wet van de minste Weerstand - en verder. Van een lineair proces naar een feedback proces. – Leve de Mislukking

Kiezen

In dit proces is kiezen een belangwekkende wijze om gelukkig 'te worden'. Het afwegen van alternatieven en mogelijke gevolgen en dan te kiezen voor de beste of minst kwade is de uitvoering, de concrete uitwerking van de keuze. Wanneer de voor- en nadelen dicht bij elkaar liggen, kies dan en ga verder. Bega niet de fout van de ezel die niet kan kiezen tussen twee hooibergen en sterft van de honger. Neem in keuzen altijd alleen dat mee, wat je kunt overzien.

Ondersteunende gedachte

Geluk bestaat niet bij de gratie van 'ongeluk'. Ongeluk is noodzakelijkerwijze geen voorwaarde voor geluk. We hebben de tegenstelling niet nodig.

Inzicht - de hoogste gedachte is die gedachte, die vreugde bevat, de helderste woorden zijn die woorden die waarheid bevatten. Het grootste gevoel is dat gevoel dat je liefde noemt.

De overtuiging achter de wens is de overheersende gedachte. Anders gezegd de ondersteunende gedachte. De ondersteunende gedachte is de werkelijkheid. Twijfel over de uitkomst scheidt de grootste mond: angst.

Angst en liefde.

De ondersteunende gedachte is de werkelijkheid. Elke vrije keus die je ooit hebt gemaakt, komt voort uit een van de twee reëel bestaande gedachten: die van liefde of die van angst. Angst is de energie die doet samentrekken, afsluiten, naar binnen trekken, wegrennen, verstoppen, hamsteren, schade berokkenen. Liefde is de energie die doet uitbreiden, openstellen, naar buiten zenden, onthullen, delen, genezen.

Angst hult onze lichamen in kleding, liefde staat ons toe naakt te zijn. Angst houdt vast aan en grijpt naar alles wat we bezitten, liefde geeft alles wat we hebben weg. Angst reserveert, liefde respecteert. Angst grijpt, liefde laat gaan. Angst knaagt, liefde sust. Angst valt aan, liefde verbetert.

Elke persoonlijke gedachte, elk woord en elke daad is gebaseerd op een van deze twee emoties. Je kunt niets anders kiezen, er zijn immers geen andere keuzemogelijkheden. Maar je hebt wel de vrije keuze welke van de twee je verkiest.

Scheppingsproces - identiteit

Het leven is geen ontdekkingsreis maar een scheppingsproces. Je bent jezelf niet aan het ontdekken, maar te scheppen wie je wilt zijn. Passie. Zoek daarom niet om uit te vinden wie je bent, maar besteed energie om vast te stellen wie je wilt zijn.

Laten we hiermee beginnen. De ziel - jouw ziel - weet te allen tijde alles wat er te weten valt. Voor haar is niets verstoep of onbekend. Weten is echter niet voldoende. De ziel streeft naar *ervaring*. Je *weet* wellicht van jezelf dat je vrijgevig bent, maar zolang je niets *doet* wat die vrijgevigheid aantoont, heb je alleen maar een concept. Je *weet* wellicht van jezelf dat je aardig bent, maar zolang je niet aardig *bent* voor een anderen heb je alleen maar een *idee* over jezelf. Je weet van jezelf dat je waardevol bent, maar zolang je niet waardig leeft is het een concept.

Pijn

Meesterschap is de innerlijke ervaring veranderen. Niets is pijnlijk, goed (of niet goed) uit zichzelf of door zichzelf. Pijn is het gevolg van een verkeerde gedachte. Het is een denkfout. Pijn komt voort uit het oordeel dat je ergens over velt. Elimineer het oordeel en de pijn verdwijnt.

Aanvaarden dat we meer zijn dan we denken, meer weten en meer kunnen. Kunnen zijn, doen en hebben wat je je maar kunt inbeelden. Onze grootste angst is dat we . . . oneindig machtig zijn. Het is ons licht niet onze duisternis (zwarte, zwakke kanten) waar we bang voor zijn. . . . Mandela.

Schep je eigen Toekomst

Stop jezelf te beoordelen, volg je ziel. De ziel streeft naar het hoogste gevoel van liefde, streeft naar passie. Ziel streeft naar gevoel, gevoel is de taal van de ziel. Het hoogste gevoel is de ervaring van eenheid met al - dat is: de geest, het Leven.

Je bent goedheid, genade, medeleven en begrip. Je bent vrede, vreugde en licht. Je bent vergiffenis en geduld, kracht en moed, een hulp in tijden van nood, een trooster in tijden van verdriet, een genezer in tijden van verwonding, een leraar in tijden van verwarring. Je bent de diepste wijsheid en de hoogste waarheid, de grootste vrede en de edelste liefde. Je *bent* al deze dingen. En gedurende bepaalde momenten in je leven heb je jezelf als deze dingen *gekend*.

Het doel van de menselijke ziel is alles te ervaren, zodat zij alles kan zijn.

Hoe kan de ziel verheven zijn als zij nooit terneergeslagen is, links als zij nooit rechts is geweest. Hoe kan zij warm zijn als zij geen koud kent, goed als zij het kwaad ontkent? De ziel kan onmiskenbaar niet kiezen iets te zijn *als er niets is om uit te kiezen*. Wil de ziel grandeur ervaren, dan moet zij *weten wat grandeur is*. Dit kan zij niet doen als er *alleen maar* grandeur bestaat. De ziel beseft dan ook dat grandeur alleen bestaat in de ruimte van dat wat *niet* verheven is. De ziel veroordeelt daarom nooit dat wat niet verheven is, maar zegent het. Zij herkent daarin een *deel van zichzelf dat moet bestaan*, zodat een ander deel van het Zelf zich kan manifesteren.

Leven is geen ontdekkingstocht, maar een scheppingsproces. Je leeft niet om elke dag te ontdekken wat die dag voor je inhoudt. Je leeft om te scheppen wie je dien dag wilt zijn in je gepassioneerde rol van , hoe die dag zal zijn.

Scheppingsproces - 1

- gedachte, geloof!!
- woord
- daad

Je bent onophoudelijk bezig jezelf te scheppen. Elk moment beslis je wie je bent, wat je bent.

Vrijheid is leven zonder verwachting, zonder de behoefte aan specifieke resultaten. Je kunt je niet verzetten tegen iets dat je geen werkelijkheid toekent, je kunt je niet verzetten tegen onzekerheid als je de onzekerheid geen werkelijkheid toekent. Tegen iets verzetten betekent dat je het in leven houdt. Je kunt niet weten en worden wat je bent wanneer dat wat je niet bent ontbreekt.

Relaties

Relaties zijn constant uitdagend, ze zijn het 'speelveld' voor je passie, voor je persoonlijke effectiviteit. Relaties roepen je voortdurend op om creatief te zijn, steeds hogere aspecten van jezelf tot uitdrukking te brengen. Je kunt dit in feite zonder relaties niet doen. Je kunt alleen maar als herkenbare grootheid, een identificeerbaar iets bestaan, door je verhouding tot anderen. (Manager zonder medewerkers is geen manager, gepassioneerde hulpverlener is geen hulpverlener zonder klanten)

Dus elke ontmoeting, elk gesprek is constructief in de hoogste zin. Zegen daarom elke relatie, beschouw elke relatie als bijzonder en vormend voor wie je bent en kies te zijn. Het doel van een relatie is te beslissen welke deel van jezelf je 'te voorschijn' wilt laten komen.

Zelfbewustzijn is bewust te worden 'wat je wenst te zijn'. Zelfrespect is je gevoelens respecteren. Hoe kun je verwachten de gevoelens van een ander te begrijpen en te respecteren als je dat niet met de gevoelens van je eigen Zelf kunt.

De hoogste Keuze is dat wat het hoogste goed voor je oplevert. Dat is een vraag van een geheel andere orde dan bv. de vraag 'wat levert het meeste op' of 'hoe verlies ik het minst'.

Meesterschap - regels

- de meester zegent tegenslagen en mislukkingen, want de meester weet dat uit het zaad van de mislukking de groei van het Zelf ontspruit (Leve de Mislukking)
- levensdoel is altijd groei
- relatie is het oefenterrein voor groei.
- Liefde het hoogste goed

De meester vraagt zich voortdurend af 'wat is de hoogste keuze'. In kritische situaties is er slechts een vraag: 'wat zou liefde nu doen'.

De vaststelling van wat het hoogste goed voor je is, vraagt ook een nadere bepaling wat het is dat je wilt doen, wat is het doel in je persoonlijke (dus ook privé en zakelijke) leven.

In het leven en binnen relaties heb je geen verplichten, je hebt alleen kansen. Verwachtingen ruïneren relaties. Mogelijkheden - niet verplichtingen - zijn de hoekstenen van het leven, van spiritualiteit.

Doe nooit iets (in een relatie) vanuit het gevoel van verplichting, maar doe alles vanuit de mogelijkheid die het leven en (dus de relatie) biedt om te kiezen en te zijn wie je bent.

Wees ten eerste zeker dat je aan iets - een relatie, een functie als leidinggevende, ouderschap - begint om de goede redenen. Goed in relatie tot je hogere levensdoel: dan komen we bij onze passie.

Als je garanties in het leven wilt, wil je het leven niet. Wanneer je de mislukking niet aandurft, zul je nooit iets bereiken.

Er zullen altijd uitdagingen en moeilijke - ja zeer moeilijke - tijden zijn. Verwelkom ze (zie Meesterschap), dankbaar, als een kans om te groeien. Probeer heel oprecht de ander niet als vijand of tegenstander te zien. Geef niets de schuld. Zie alles als een geschikte gelegenheid om te kiezen en te zijn wie je werkelijk bent.

Waarde oordelen uitspreken is moeilijk. Je zult vaak moeten zeggen 'ik weet het niet, ik weet het gewoon niet' en toch zul je nog altijd moeten beslissen. Daarom moet je kiezen, eigenmachtige keuze.

Het leven heeft geen doel, behalve het doel dat je er zelf aan geeft. Het leven is een verrukkelijke ervaring. Hoe meer je weet des te meer je je herinnert (wordt duidelijker), des te beter en vreugdevoller het leven. Niets was ooit een sof.

De grootste uitdaging in je leven is je ego onder controle te brengen. Schaamte is de reactie van een persoon die nog steeds een deel van zijn ego heeft geïnvesteerd in hoe anderen hem zien. Probeer eens wat anders: lachen.

Het scheppingsproces - 2

Scheppingsmethode: gedachte (vormend idee) woord (concept) - daad - resultaat. De snelste manier om een basisgedachte of ondersteunend (belemmerend) idee te veranderen, is het proces van gedachte, woord en daad om te draaien. In plaats van willen - kiezen: wees alert:, onder de gedachte 'ik wil rijk zijn' ligt de overtuiging ik ben arm. Dus feitelijk ligt onze aandacht bij 'ik ben arm'. De gedachte schept de werkelijkheid.

'Ik' is de startsleutel van de motor van de schepping. "Ik ben..." is uitzonderlijk krachtig, als het ware bevelen.

'Ik wil...' als gedachte leidt tot de onderliggende overtuiging. Deze gedachte kan tot niets anders leiden omdat gedachten scheppend zijn.

Dus, in plaats van *ik wil...* , *ik ben.....* bv. ik wil gelukkig zijn, ik ben gelukkig; ik wil rijk zijn; ik ben rijk; ik wil met passie leven . . , ik leef met passie !

'Je bent wie je denkt dat je bent'. Gedachten leiden tot ervaring, die leiden tot gedachten die leiden tot ervaring.

Gedachten kunnen een bron van permanente vreugde zijn, wanneer de ondersteunende gedachte vreugdevol is: wat zou liefde doen . . ?

Leefregels

- Ken het leven
- Sluit vriendschap met het leven
- Vertrouw het leven
- Houd van het leven
- Omarm het leven
- Gebruik het leven
- Help het leven

Centrale vraag:

is dat wat ik doe een 'life uplifting' of vernietigt het plezier in het leven. Is dat wat ik denk / doe een bijdrage aan mijn geluk, is dat mijn passie. Is dat wat ik doe verbonden met liefde of angst, is mijn leven verbonden met passie of oppervlakkigheid.

Waarvoor kies je ??

© Van Breemen & Partner bv - 2008

tel: 023-5341489

info@vanbreemen.nl

www.persoonlijk-meesterschap.nl

www.vanbreemen.nl

www.levedemislukking.nl