



DE DIALOOG

Het innerlijk geluid. Dat stemmetje van binnen.
De constante dialoog met jezelf.

Van angst tot boosheid en alle emoties welke daartussen zitten. Dat stemmetje is altijd en overal aanwezig.

Zoals jullie weten deel ik graag al mijn kennis en ervaring met jullie. Ik geef het gratis weg. Daar ik namelijk geloof in het feit, zolang we met elkaar blijven delen wat ons als persoon zo uniek maakt, we elkaar niet alleen inzichten geven, maar er dus ook vooral elkaar zijn. Al dan niet op een indirecte manier.

Tijdens mijn opleiding bij speciale eenheden, was dat stemmetje veelvuldig aanwezig. Van boos zijn op mezelf, frustratie, faalangst, tot jezelf oppeppen en zelfs over grenzen heen praten tot je lichaam 'knak' zegt.

Dat stemmetje is er. Altijd. Bij jou, bij mij, bij iedereen.
Het gaat er juist om hoe je er mee om gaat. Ben jij bereid om toe te geven aan dat innerlijk geluid of ben jij júst bereid om op de 'switch' te drukken? Wetend dat er geen weg terug is.
BAM! #rammenmetjekadaver
Elke dag opnieuw!

En lieve mensen, dat stemmetje past op alles. Is dus op alles van toepassing.

Hoe is mijn opvoeding? Wat stop ik allemaal in mijn lichaam? Waarom ben ik jaloers? Wat is dat toch met die constante tegenovergestelde gedachten? Ik wil dit niet, maar toch gebeurt het .. is wat ik als Mindset en Performance coach vaak hoor.

Altijd; ja áltijd(!) is het dat je de oorlog met jezelf niet oprecht aan durft te gaan.

Niemand anders, lees; niemand anders, kan, wil of gaat het voor jou fiksen in dit leven.

Niemand die voor jou 's ochtends opstaat, voor jou gaat werken, voor jou gaat ondernemen, voor jou die training afrond, die het wel even fikst.

Jij bent de sleutel, jij bent de factor.

De factor die alles tot een slagen kan brengen.

Al die beren op de weg. Angst dus, bestaat niet. Is niet realistisch. Het bestaat enkel en alleen in je hoofd.

De oorlog met jezelf aan gaan betekent dus inzoomen op je gedachtes. Ontleed waarom je denkt wat je denkt, je doet wat je doet en je wilt wat je wilt.

Vaak kom je er dan achter dat je het niet graag genoeg wilt of wenst.

Jij bent zo mooi, zo uniek dat jij je eigen missie hebt hier op aarde.

Stap eens weg van al die aangenomen overtuigingen, al die meningen van jezelf en van anderen. Die constante ruis op de lijn.

Zoom in op jezelf. Waarom ben je hier? Waar krijg jij nou écht energie van? Wat wil je vooral wel? En wat wil je vooral niet? Wat dient jou? En wat dient jou niet? Wat mag je dus loslaten en wat neem je mee?

En ja soms vraagt dat om radicale beslissingen te nemen om verder te komen, richting jouw (levens)missie. Jouw doel. Je voelt hem al aankomen. Alleen jij kan deze keuze maken. Blijf jij waar je bent, met zaken die je niet meer dienen, welke je ongelukkig maken? En dat kan dus een 40 jaar huwelijk zijn, een fantastisch 6 cijferig jaarinkomen, alle materialisme wat je achter je laat. Waar je dus afstand van doet, omdat het jou niet dient, sterker nog niet gelukkig maakt.

Alweer dat stemmetje. Het wil jou in je comfortzone houden. In het oude vertrouwde laten. Maar daar zit geen groei, daar zit geen (persoonlijke) ontwikkeling. Daar ligt de les niet. Juist door te gaan waar jouw voetstappen nog niet zijn geweest leer je steeds meer van jezelf te ontdekken en jezelf kennen. Heb vertrouwen en voel altijd bij jezelf of het resoneert met wie jij bent, waarvoor jij staat en of je het op die manier wenst te doen of uit te dragen.

Lees deze tekst nogmaals, als je wilt.

Bedankt voor jouw tijd en voor het lezen van 'De Dialoog'.

Heb jij vragen of wens je meer informatie omtrent dit onderwerp? Mail naar info@motivador.nl