

Nieuwsbrief Standvastigheid, deel 2

In een vorige nieuwsbrief schreef ik over standvastigheid. Hoe deze gecentreerde energie je helpt je doel te bereiken. Bij standvastigheid is het nodig dat je het doel in het oog houdt. Dat is een duidelijke zaak.

Een belangrijk onderdeel, dat vaak over het hoofd gezien wordt, is de manier waarop je jouw doel bereikt. Die manier is *nét* zo belangrijk als het doel zelf.

Sterker nog: als je niet goed in de gaten hebt welke manieren je gebruikt om je doel te bereiken, heb je zelfs kans dat je jouw doel mist! Of dat het je geen voldoening meer geeft. Oeps... Ja, dat is pas echt ongezellig!

De westerse wereld gebruikt energetisch vooral mannelijke energie. In Chinese termen: de yang-energie. Daadkracht, structuur, doelgerichtheid, efficiëntie, analytisch ingesteld zijn enkele woorden die dat schetsen.

Vrouwelijke energie zie je relatief meer in de oosterse landen. Woorden, die deze energie omvatten zijn ontvankelijkheid, mysterieus, ongestructureerd (chaotisch), omfloerst, onuitgesproken, inactief, onbegrensd etc. Al direct valt op dat vrouwelijke energie minder begrensd is dan de mannelijke. Dat is inherent aan deze energie. Mannelijke energie kenmerkt zich juist door zijn afbakening.

Er is niets mis met mannelijke energie, noch mankeert er iets aan de vrouwelijke energie. Waar de problemen ontstaan, is als die twee niet met elkaar in evenwicht zijn. Wat in het westen als luxe geldt of moeizaam te verdienen is, zijn rust en tijd. Wat zijn we altijd gehaast. Wat speelt de horloge toch een grote rol. Kom je in het Oosten dan valt structuurloosheid op. Regels, afspraken? Die moet je heel ruim zien. "Morgen", hoor je dan. Of "Het komt goed". Het *kómt* wel een keer, maar 'morgen' is niet altijd wat voor de westerse mens de dag na vandaag is.

De reis naar jouw doel

Wat is nu de rol van die vrouwelijke energie met standvastigheid? Voor een gebalanceerde standvastigheid is het nodig, dat die vrouwelijke energie erbij hoort. Je houdt je doel voor ogen, terwijl je *óók* oog hebt voor de manier, waarop je dat doel wilt of kan bereiken. In een metafoor gezegd: ik houd mijn bestemming in het vizier, maar rij niet blind door het landschap en open pas mijn ogen op de plaats van bestemming. Die vrouwelijke energie wordt vaak de 'weg', de 'reis' genoemd.

Je hebt dus oog ervoor, *hóe* je naar je doel reist. Stel je wilt iets in elkaar zetten. Doet er niet toe of het nu een taart is, een ladenkastje, een project, een samenwerking. Terwijl je daarmee bezig bent en het gaat verkeerd of zit tegen: *hóe* ga je om met die hindernissen: Ben je kortaf? Snel gefrustreerd als iets niet lukt? Zit je in zak en as als de boel langdurig tegenzit? Ben je ongeduldig? Neem je niet de tijd om je successen te vieren? Doe je complimenten af als overbodig? Doe je net alsof gevoelens van ergernis, onzekerheid e.d. er niet zijn? Als je het met anderen erover hebt, doe je dan alsof je het allemaal onder controle hebt? Doe je te lacherig over je eigen aandeel, of blaas je het teveel op?

Emotionele toestanden onderweg

Je leest het al: tijdens de 'reis' naar jouw eindbestemming bewandel je allerlei

emotionele routes. Natúúrlijk is het heerlijk als het gemakkelijk gaat. Helaas zit het leven vol verrassingen en gaat het meestal anders dan je denkt of hoopt. De vrouwelijke energie van de reis leert je: 'hoe ga je daar mee om?'. Hoe bewaak je tijdens jouw 'reis' de harmonie. Hoe laat je je niet opfokken door vervelende momenten of teveel meesleuren door enthousiasme. Beide kunnen je uitputten en daardoor wordt het doel halen moeilijker.

Cd combinatie

Een goede combinatie om oog te houden op het bewaken van je harmonie tijdens jouw 'reizen' is de combinatie van de cd Neutraliteit en cd Emoties & Gevoel. Uit eerdere nieuwsbrieven las je hoe je de cd Neutraliteit ook met jouw sub-persoonlijkheden kunt doen. Jouw geduldige ik versus jouw innerlijke 'hittepit'. Jouw 'ik red het wel-energie' versus jouw 'overkomt mij dat weer'-energie. Door de cd Neutraliteit op die manier te gebruiken, samen met track 5 van cd Emoties & Gevoel, zal het je steeds beter lukken om de route naar jouw doel in harmonie met jezelf te brengen.

De kans, dát je je doel bereikt wordt zo groter. Bovendien heb je in de periode dat je bezig bent met je doel meer lol en vreugde. Dat gun je jezelf toch?

Veel succes en heb je weer vragen, bijzondere ervaringen: schroom niet en mail me (Zie ook www.gottswaal.nl).

Hartelijke groet,

Tessa Gottschal