



Het gaat niet om de weg die je inslaat
nalaat

maar om het spoor dat je

Nieuwsbrief april

*Met de maandelijkse nieuwsbrief wil ik je graag meenemen in de wereld van **Holistic Pulsing**.*

Hou de nieuwsbrief ook in de gaten voor het ontdekken van nieuwe mogelijkheden en aanbiedingen.

Ik wens je veel lees- en ontdekkingsplezier !

Wil je de nieuwsbrief liever niet ontvangen, graag dan een korte reply op deze mail.

4. April 2018

Niettegenstaande een maandelijkse nieuwsbrief er ons aan herinnert dat de dagen voorbijvliegen, toch kijk ik er steeds weer naar uit om mijn creatieve pen (lees toetsenbord) uit te halen.

Het weer daagt ons uit, de natuur leert ons dat het oké is dat ook ons leven grillig kan verlopen. Van zonnebrand naar herfstige regenbuien, het lijkt alsof de natuur ook haar emoties moet kunnen uiten om vervolgens straks weer helemaal in haar kracht te komen.

Autonomie, één van de drie kwaliteiten van de holistische zienswijze waarop pulsing gebaseerd is, betekent "zelf weer aan het roer staan" of helemaal weer in je eigen kracht komen.

Eventjes ter herinnering de omschrijving uit vorige nieuwsbrief:

- **Autonomie**: de vele synoniemen van het woord leren ons al iets. Zelfbeschikking, ongebonden, zelfvoorziening, onafhankelijkheid, zelfbestaan, bewegingsvrijheid, zelf weer aan het roer staan,voel je vrij dit voor jezelf aan te vullen.

Al dit is heel positief doch brengt onbewust ook wel wat onzekerheid en angst mee. Waar we autonoom voor kiezen houdt ook in dat we daarvoor de volledige verantwoordelijkheid dragen.

Autonomie en verantwoordelijkheid gaan hand in hand samen zoals april en aprilse grillen. Verantwoordelijkheid voor je eigen beslissingen, voor je eigen keuzes betekent ook de mogelijkheid te groeien, de mogelijkheid in je eigen kracht te komen en evenzeer de mogelijkheid te mogen falen !

Maar hoe verleidelijk is het niet om enerzijds de verantwoordelijkheid van iemand anders over te nemen alsook afstand te doen van onze eigen verantwoordelijkheid. We bevinden ons heel erg in de cultuur van "de andere moet het maar oplossen". Voelen we ons ziek, de dokter lost het wel op. Je voelt je niet zo wel in je vel, de therapeut weet wel een oplossing.

Waarom geven we onze eigen autonomie zo graag uit handen ? 1 antwoord: angst. Want niets jaagt ons meer angst aan dan onze eigen macht. Verantwoordelijk geacht worden voor je eigen geluk en welzijn boezemt ons grote angst in. Want wie kunnen we de schuld geven als het niet lukt ? Juist, alleen onszelf ! Toch ligt net daar de kans tot groeien ! Dit is dé springplank naar erkenning en vergeving van de eigen keuze. Angst is de belangrijkste factor die maakt dat we innerlijk verscheurd raken en versplinteren. Zelf verantwoordelijkheid nemen daarentegen maakt ons machtig en heel.

Holistic pulsing richt zich op het herstel van de autonomie. De pulser neemt geen verantwoordelijkheid voor de pulsee. Je autonomie herstellen betekent niet alleen verantwoordelijk zijn voor je eigen keuzes, maar ook al je hoedanigheden en eigenschappen accepteren. Je verantwoordelijkheid opnemen, betekent ook dat je je kwetsbaar mag opstellen, want in je eigen kwetsbaarheid ligt uiteindelijk ook je eigen kracht. Dan realiseren we dat we alles wat we nodig hebben al in ons innerlijk meedragen.

Ofhoe was dat verhaal weer van een rups die zo graag een mooie vlinder wou zijn :-)

Een warme groet, Siska