

A large hand in a dark suit jacket is positioned at the top of the frame, holding several thin strings. These strings extend downwards, passing through the title and the top of a wooden marionette head. The marionette head is mounted on a wooden frame with a decorative top. Below the frame, a woman in a blue dress and red shoes is on a stage, holding a broom. The background is a wooden wall with vertical stripes. The overall scene is set against a dark background.

Op zoek naar bezieling

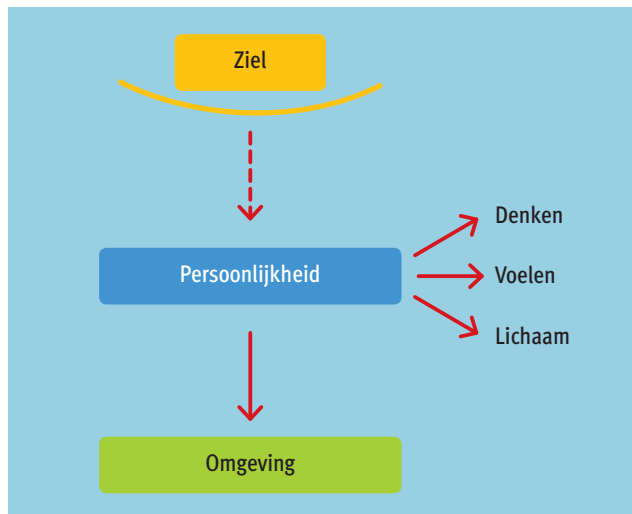
PETER GERRICKENS

Veel mensen komen rond hun veertigste levensjaar op een punt waarop ze geen vervulling meer vinden in hetgeen ze tot dan toe gedaan hebben. Diep vanbinnen voelen ze dat er een omslag of verandering nodig is. Ze weten echter vaak niet precies waar hun bezieling ligt. Bij deze zoektocht naar nieuwe zingeving kan het Bezielingsprofiel® waardevolle inzichten opleveren.



Ziel en persoonlijkheid

Voordat ik inga op het Bezielingsprofiel is het zinvol iets te zeggen over het onderliggende mensbeeld, waarbij je onderscheid kunt maken tussen 'ziel' en 'persoonlijkheid'. De ziel is de (niet te beschrijven) kern van de mens, een voortdurend stromende bron van waaruit de inspiratie komt en waarin de intuïtie zetelt. Je zou de ziel ook je 'innerlijk weten', het licht in jezelf kunnen noemen. In de ideale situatie drukt de ziel zich door middel van de persoonlijkheid (je denken, voelen en lichaam) uit in de omgeving (zie figuur). Je kunt de ziel zien als werkgever, de persoonlijkheid als werknemer. Ze werken dus met elkaar samen.



Ziel en persoonlijkheid

Bij de meeste mensen wordt de rol van de ziel in de tweede levenshelft belangrijker dan in de eerste 35 à 40 levensjaren. Deze verandering kondigt zich vaak aan in de vorm van een (kleinere of grotere) midlifecrisis. Je vindt geen vervulling meer in wat je tot dan toe hebt gedaan en moet er niet aan denken je huidige werk nog 25 jaar te moeten doen. Nogal wat mensen verzetten zich tegen dit gevoel van onbehagen. Dat is jammer, omdat er eigenlijk een heel positief proces gaande is. Wat er in wezen aan de hand is, is dat de ziel van binnenuit bij jou 'aan-

Bij de meeste mensen ontstaat de behoefte meer met de zielsthema's te doen pas later in hun leven.

klopt' (aan de deur van je persoonlijkheid) en aangeeft dat ze meer wil 'meedoen' in het dagelijks leven. Uitgangspunt daarbij is dat iedereen enkele specifieke onderwerpen heeft waarop de ziel zich speciaal wil uitdrukken, en een (unieke) bijdrage wil leveren aan de wereld. Bij deze 'zielsthema's' ervaar je een sterke innerlijke motivatie en een gevoel van zingeving.

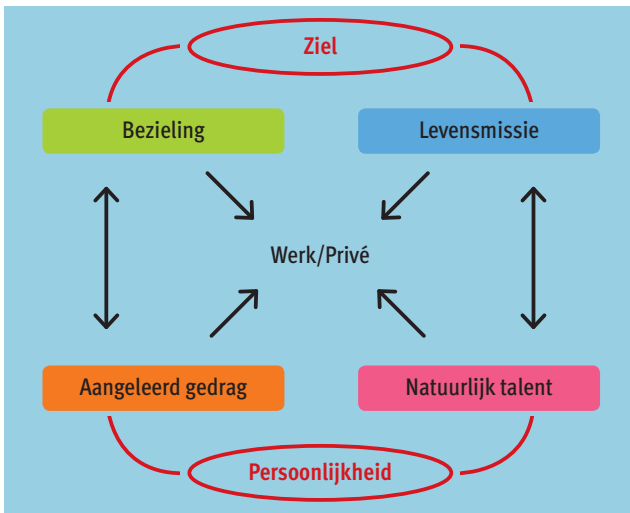
Bezielingsprofiel

Bij sommige mensen zijn deze zielsthema's al vroeg in hun leven duidelijk in beeld en kunnen ze daarmee ook in contact blijven. Vaak willen ze daar in de tweede levenshelft wel nog meer mee gaan doen. Maar bij de meeste mensen ontstaat de behoefte meer met de zielsthema's te doen pas later in hun leven. Velen weten ook niet wat hun zielsthema's zijn. Voor hen kan het Bezielingsprofiel uitkomst bieden. Het gedachtegoed dat hieraan ten grondslag ligt, is onder andere afkomstig van Carla Kerklaan. Zij werkt er als psycholoog en astroloog al ruim twintig jaar mee. Samen met haar heb ik in 2015 vanuit dit gedachtegoed het Bezielingsprofiel ontwikkeld.

In het Bezielingsprofiel kun je lezen op welk terrein jouw bezieling ligt. Zowel jongeren die voor een opleidings- of studiekeuze staan, als mensen die tijdens hun loopbaan vastlopen en behoefte hebben aan een andere invulling van hun werkzame leven, kunnen veel steun ervaren van en richting vinden in een Bezielingsprofiel. De kern van het profiel vormt de bezieling: waarin ligt je passie en waarin ben je uniek? Het Bezielingsprofiel geeft richting aan je loopbaan en inzicht in belangrijke ontwikkelingsmogelijkheden van jou in de loop van je leven.

Het Bezielingsprofiel (ongeveer 8 pagina's) is gebaseerd op je geboortegegevens (datum, tijd en plaats) en bestaat uit vier onderdelen: bezieling, aangeleerd gedrag, natuurlijk talent en levensmissie. Deze onderdelen vormen samen een geheel en geven zicht op dat wat door jouw ziel tot uitdrukking wenst te komen, ofwel datgene waarmee jij licht wilt brengen in de wereld.

In onderstaand model zijn de verschillende onderdelen van het Bezielingsprofiel weergegeven. Bezieling en levensmissie behoren bij de ziel, aangeleerd gedrag en natuurlijk talent zijn onderdelen van de persoonlijkheid.



Bezielingsprofiel

Voor jonge mensen geldt dat zij zich vooral in het natuurlijk talent en het aangeleerd gedrag zullen herkennen, omdat zij daarmee een bestaan aan het opbouwen zijn. Vanaf ongeveer het 35^e jaar (kan iets eerder zijn, is meestal iets later) gaan de levensmissie en de bezieling een steeds grotere rol spelen.

Bezieling en aangeleerd gedrag

Bezieling komt voort uit de ziel, de essentie van wie je bent. De bezieling geeft aan wat jouw belangrijkste kwaliteit is. Je ziet, voelt en weet op dit gebied vaak meer dan je omgeving.

De bezieling komt op geheel eigen wijze door je heen tot uitdrukking en laat zich daarbij niet sturen of dwingen. Als je ruimte wilt geven aan je bezieling, is het belangrijk om vrij en ontspannen te zijn en niet gericht te zijn op verwachtingen van anderen. Je kunt dan met een heel eigen inzicht of product komen. Je koerst hier op je eigen wijsheid en je baant je eigen pad. Je kunt zo op geheel eigen wijze een bijdrage leveren aan de samenleving.

Op het levensgebied van je bezieling is er sprake van een grote gevoeligheid. Als gevolg daarvan ben je ook heel kwetsbaar in situaties die te maken hebben met je bezieling: je wordt hier immers tot op je ziel geraakt. Dat komt doordat op het terrein van je bezieling en de invulling daarvan een defensiemechanisme van de persoonlijkheid ontbreekt. De bezieling geeft je meest wezenlijke kwaliteit weer en berust op een grote intu-

itieve wijsheid. Deze gaat soms voorbij aan je eigenbelang en richt zich op dat wat van wezenlijk belang is, dat wat echt zinvol en vervullend is voor jezelf en de mensen om je heen.

Als kind geef je aanvankelijk op een spontane manier uitdrukking aan je bezieling. Dit komt naar voren in het onbevangen aanwezig zijn, in het opgaan in het spel, in het volkomen in overgave aanwezig zijn. Naarmate je opgroeit, ga je je steeds meer aanpassen aan de omgeving, door het aanleren van gedrag en vaardigheden en het verwerven van kennis die noodzakelijk is. Dit noemen we 'aangeleerd gedrag'. Het gevolg daarvan is dat vanaf ongeveer het zesde jaar de bezieling steeds minder zichtbaar is. In de puberteit zie je dat jongeren zich het aangeleerde gedrag grotendeels eigen hebben gemaakt. Dit gedrag is niet alleen belangrijk om door anderen geaccepteerd te worden, maar ook om de wereld te leren kennen en een bestaan op te bouwen. Je kopieert bijvoorbeeld de wijze waarop mensen met elkaar omgaan, relaties aangaan, kwaliteiten ontwikkelen, werk zoeken of de manier waarop mensen zichzelf presenteren. De accenten die je daarbij legt, zijn heel persoonlijk. Jouw aangeleerd gedrag past dus op een natuurlijke manier bij jou.

Naarmate je opgroeit, ga je je steeds meer aanpassen aan de omgeving.

Later in je leven, rond je 35^e jaar of daarna, als je veel gedaan hebt met je aangeleerde gedrag, ga je op een gegeven moment ervaren dat er iets heel oorspronkelijks van jezelf ontbreekt. Je functioneert en kunt meedoen met wat de omgeving van je vraagt, maar het meest unieke van jezelf kun je daarin niet kwijt. Je wilt je dan weer afstemmen op je bezieling. Dat vraagt om de moed je los te maken van de verwachtingen van je omgeving. Vanuit je bezieling kun je iets eigens brengen, dat anders is dan bestaande producten of diensten. Dat kan nuttig, verfrissend, maar ook schokkend zijn voor anderen. Het maakt je echter ook kwetsbaar. Uit angst voor deze kwetsbaarheid kun je je terughouden en ervoor kiezen het vertrouwde aangeleerde gedrag in te blijven zetten. Je laat dan het beste van jezelf liggen. Sommige mensen doen vóór hun 35^e jaar wel iets met de bezieling, maar bij de meesten komt deze pas daarna steeds meer centraal te staan.

Natuurlijk talent en levensmissie

Bij het 'natuurlijk talent' gaat het om de levenshouding, kwaliteiten en vaardigheden die je gemakkelijk op pakt en als vanzelf inzet. Het gaat om situaties waarin je natuurlijkerwijs op je plaats bent, die je in je vingers hebt en waarin je als vanzelf weet hoe je moet handelen. Je zou kunnen zeggen dat je dit bij de geboorte hebt meegekregen. Je vindt er houvast en zekerheid in. Het helpt je om je leven op te bouwen en vorm te geven, en je plek in je omgeving in te nemen. Het natuurlijke talent vormt de basis van waaruit je later in je leven, meestal rond je 35e jaar of daarna, de stap kunt maken naar je levensmissie.

In de eerste helft van je leven handel je vooral vanuit het natuurlijk talent. Doordat op het levensgebied van dit natuurlijk talent alles gemakkelijk gaat, heb je de neiging daaraan vast te blijven houden. Als je dit doet, belemmer je echter de overgang naar je levensmissie, waarbij het er juist om gaat nieuwe kanten van jezelf te ontwikkelen. Het natuurlijke talent biedt echter ook een basis voor het nieuwe gedrag dat je vanuit je levensmissie wenst te ontwikkelen en dat meestal pas in de tweede helft van je leven om aandacht vraagt.

Je levensmissie geeft aan welk nieuw gedrag, levenshouding of vaardigheden je in je leven wilt ontwikkelen. Deze wens komt echt van binnenuit, vanuit je ziel. Als kind ben je er nog mee verbonden, maar evenals bij het onderdeel 'bezieling' geldt ook hier dat je daar rond je zesde jaar langzaam van weggaat. Het gaat bij je levensmissie om gedrag dat je niet van huis uit hebt meegekregen. Je doorbreekt met dit nieuwe gedrag oude patronen in jezelf en je omgeving, zodat er een echte ontwikkeling kan plaatsvinden. Je blijft hierdoor inspirerend en vernieuwend. Het gevolg daarvan is ook dat je anders omgaat met je omgeving en met situaties waarmee je te maken krijgt. Je kunt zeggen dat hierin een uitdaging ligt voor je. Net als voor bezieling geldt dat sommige mensen vóór hun 35e jaar wel iets doen met hun levensmissie, maar meestal minder sterk dan erna.

Vertrouwen op intuïtieve wijsheid

In de afgelopen drie jaar heb ik talloze boeiende gesprekken met mensen gevoerd over hun Bezielingsprofiel. Wat mij daarbij met name is opgevallen, is dat veel mensen er moeite mee hebben om te vertrouwen op de ingevingen van hun ziel.

Bij een teamcoach met wie ik sprak, lag de bezieling op het terrein van groepsprocessen. Hij had snel in de gaten wat zich afspeelde in een team en was in staat om dat in goede banen te leiden. Hij durfde echter niet op zijn intuïtieve wijsheid te vertrouwen, omdat hij de interventies die hij in de teams deed eerst wilde verklaren voordat hij deze inbracht. Dat lukte hierbij echter niet. Hij besloot daarom een driejarige opleiding in groepsprocessen te gaan volgen, vanuit het idee dat hij dan zou leren hoe het werkte. Na afloop hiervan kwam hij tot de conclusie dat hij zijn ingevingen tijdens het werken met groepen nog steeds niet kon verklaren ...

Bij het bespreken van zijn Bezielingsprofiel werd hem duidelijk wat er aan de hand was en kon hij de intuïtieve wijsheid van de ziel onderscheiden van zijn persoonlijkheid, die alles wilde kunnen verantwoorden. Hij nam zich voor om voortaan meer op zijn intuïtie te gaan vertrouwen en de stem van zijn tegen-spuiterende persoonlijkheid meer los te laten. Interessant was ook dat deelnemers in teams vrijwel nooit aan hem vroegen om uit te leggen waarom hij bepaalde interventies deed. Ze voelden gewoon dat deze klopten en zinvol waren.

Bezieling en loopbaan

In veel gesprekken over het Bezielingsprofiel kwam de loopbaan van de betreffende persoon aan de orde. Het gevoel van onvrede tussen het 35e en 40e jaar was vaak herkenbaar. Na een soort kantelpunt, waarbij je je bewust wordt van je onvrede, kan het nog enkele jaren duren voordat je een vorm gevonden hebt om invulling te geven aan je nieuwe zielsverlangens. Ondertussen wordt de roep van de ziel steeds luider, totdat je er op een gegeven moment niet meer om heen kunt. Sommige mensen besluiten dan om het roer helemaal om te gooien en heel ander werk te gaan doen. Anderen geven hun bezieling meer ruimte door hun werk op een geheel andere manier in te vullen. Het is ook mogelijk dat je buiten je werk om activiteiten gaat doen waarin je je bezieling kwijt kunt.

Mensen hebben vaak hulp nodig van een (loopbaan-)coach bij het vormgeven van hun bezieling en levensmissie in (vrijwilligers-) werk en hobby's. Het beste past daarbij een (loopbaan-)coach met de nodige (levens)ervaring die in contact staat met zijn eigen bezieling. Dat maakt het gemakkelijker de coachee op dit terrein te begeleiden.

Meer informatie over het Bezielingsprofiel® kun je vinden op www.kwaliteitenspel.nl

