



Kompas voor ZZp-ers

PREVENTIE. Ben je zelfstandig ondernemer? Dan weet je wat de gevolgen zijn van ziek-zijn voor je onderneming. Je kunt je op allerlei manieren verzekeren; voor de kosten van je ziekte en het herstel; voor het verlies van inkomen. Als je dit al hebt meegemaakt, of als je dit goed doorziet, dan ben je tot de conclusie gekomen dat je in alle gevallen beter niet ziek kunt zijn. Dat is ook de reden dat PREVENTIE zo hoog in het vaandel van elke zzp-er staat. Kompas doet deze preventie. Kompas huldigt de aloude opvatting van de Chinezen over de dokters in hun dorpen. De dokter/arts werd onderhouden door het dorp. Een fair deal. Maar zodra er teveel dorpingen ziek werden schopten ze de dokter het dorp uit. Chinese artsen hebben, daarom, door de eeuwen heen, zich enorm gespecialiseerd in preventie. Zij ontwikkelden een methode; de polsdiagnose. Dit is een methode waardoor niet alleen iets als 'koorts of ontsteking' is te meten, maar ook een aankomende (nog niet manifesterende) griep is te constateren. Op basis van deze diagnose zijn acties bedacht. Acties die ervoor zorgen dat de gemeenschap NIET ziek werd. Je pols laten voelen is daarom ook een Chinees gezegde, en iets dat je regelmatig moet doen, om aan de slag te blijven. Chinezen weten als geen ander dat welvaart en welstand zijn gekoppeld aan hard kunnen BLIJVEN werken. Als zzp-er voer je dit op in je zakelijke administratie als noodzakelijk onderhoud of collegiaal consult.

Kompas voor bedrijven

Making a difference gaat over HEARTFULLNESS. Het geloven in het waarom. Kunnen werken vanuit het onderbuik gevoel dat iets echt klopt is sterker dan het te doen op basis van rationeel en cerebrale argumenten. Het open-source paradigma maakt steeds duidelijker dat taal en ratio de ingrediënten zijn van de vele illusies die worden doorgeprikt. We gaan ons steeds duidelijker positioneren op ons gevoel. Dat is een zekere, veilige haven en ons eigen vertrouwen. Kompas verzorgt in-company trainingen op maat. Kompas zorgt ervoor dat mensen en organisaties op innovatieve wijze dichterbij hun 'believen in why' komen. Om zo meer bewustzijn en heartfulness te genereren die hen ondersteunt in hun groei, ontwikkeling en transformatie en de verdere manifestatie van hun doelen, visie en missie.

Kompas voor begeleiding

Voor iedereen die het gevoel heeft dat het roer om moet. Loop je steeds tegen hetzelfde aan? Neem je in je gedrag of je keuzen steeds dezelfde rotonde? Heb je het gevoel dat je vast zit, dat je leven niet voldoende stroomt zoals het zou kunnen? Heb je het gevoel dat er meer in moet zitten voor je, dat je meer uit het leven zou kunnen halen?

In mijn praktijk werk ik voor iedereen die aan zijn eigen energie wil werken. Ieder mens is een fysieke lichaam maar ook een energetisch lichaam. Er bestaan heel veel klassieke en grootse theoretische systemen om deze energie te beschrijven. Uit India komt het Chakra

systeem, uit China het meridiaan systeem. Amerikaanse indianen, Siberische sjamanen, Afrikaanse stammen hebben allemaal zo hun eigen manier om dit te beschrijven. Maar of je nu een voorliefde hebt om 'het andere' dat we zijn naast een fysiek lichaam te beschrijven volgens de maorie uit nieuw zeeland, de aborigines uit Australië of de inca's uit de Andes, een ding blijft. Je zult er in je eigen tijd en op je eigen manier in ons werelddeel met onze voeding en leefgewoonten een weg in moeten vinden.

In mijn praktijk kan ik je daarbij helpen. Voor iedereen die wil veranderen, transformeren, hulp, advies en ondersteuning wil bij zijn of haar proces. Mijn werkwijze is gebaseerd op de overtuigingen dat:

Jouw energie van jou is.

Jij heb een hoeveelheid energie die er uitziet als een bubbel, een bel om jouw fysieke lichaam. Deze bel is van jou. Niemand kan iets van deze energie afpakken, als jij dat niet wil. Energie kan jij alleen kwijt raken als jij daar toestemming voor geeft. Door de verwarring en de enorme hoeveelheid prikkels weten wij deze niet goed af te grenzen. We moeten daarom actie nemen in ons centrum te blijven en weer vaste grond onder onze voeten te krijgen.

Overtuigingen de cel sturen

Elke levende cel kent twee basis reacties. Groeien en beschermen. Groei en beschermingsreacties krijgen vorm door mijn overtuigingen. Begrenzing van ons organisme en de dialoog met onszelf en de omgeving is daardoor nauwkeurig verbonden met overtuigingen en oordelen. Het is daarom waardevol een onderzoek te doen welke overtuigingen wij hebben.

Bewustzijn een werkwoord is

zoals bedoeld in het Engelse woord 'awareness'. Bewustzijnsgroei is de ontwikkeling van de vaardigheid die afhankelijk is van overzicht. Om te groeien moeten we daarom oefenen gewaar te zijn, en de consequenties daarvan durven voltrekken in ons leven.

Bewustzijn groter is dan de ruimte in ons hoofd

Moderne filosofen zoals de fenomenologen zeggen hetzelfde als de sjamanen van Midden-Amerika. Wij dromen de wereld. We projecteren onze droom naar buiten en zien hem aan voor de wereld. Het is niet de wereld die we kunnen veranderen, we moeten leren om onze droom te veranderen. Daar en daar alleen is de mogelijkheid voor de volgende stap. De vrijheid uitbreiden naar de keuze wat je droomt.

Om mij heen zie ik eindeloze herhaling van dezelfde patronen. Siberische sjamanen hebben het over herinneringsgeesten. Anderen noemen het de ziel van de stam, of de tijdgeest. Het Akasha veld, de bibliotheek van Alcyone. Wat ze allemaal gemeen hebben is de essentie en het bewaren ervan. Conventies, regels, bewaren, beschermen. Al deze bewegingen, als je ze zo mag noemen, houden de dingen in stand. Al deze verhalen, deze betekenissen, houden de droom op zijn plaats.

Kompas en Socrates

Heb de moed je eigen verstand te gebruiken!

Zo luidt een motto van de filosofie. Wijsheid leer je niet van anderen, maar ligt besloten in de ervaring van ieder van ons; de kunst is om te leren uit die ervaring. Dit is kort gezegd de doelstelling van de Socratische methode.

Socrates' manier van onderwijzen is beroemd in de filosofie. Hij probeerde iemand tot inzicht te voeren door een gesprek: vragen stellen, voorbeelden verzinnen, ervaringen analyseren, enz.

Het 'Socratische gesprek' gaat hiermee aan het werk; aan de hand van voorbeelden wordt systematisch nagedacht over een thema, uitgaande van eigen ervaringen en eigen denken, zonder een beroep te doen op autoriteiten. Het is geen debat met een winnaar, maar een gemeenschappelijk denkproces waarin zoveel mogelijk recht wordt gedaan aan de meningen en twijfels van elk van de deelnemers. De inzet is om tot een beargumenteerd antwoord te komen op de uitgangsvraag.

Het gesprek ontleent zijn naam aan Socrates, de leermeester van Plato. Hij probeerde iemand tot inzicht te voeren door hem vragen te stellen, voorbeelden te laten verzinnen, ervaringen met hem te analyseren. Zijn uitgangspunt was dat je inzicht niet verwerft door het voorgeschoteld te krijgen, maar alleen door zelf te denken.

Bovendien leidt de methode tot vergroting van reflectie- en onderzoeksvaardigheden en van het vermogen tot 'teamlearning'.

Het Socratische gesprek is een poging door systematisch overleg een gemeenschappelijk antwoord op een fundamentele vraag te vinden. Deze vraag staat centraal in het gesprek

Het gaat daarbij niet om louter theoretische vragen, maar om vragen die voortkomen uit concrete, voor iedere deelnemer toegankelijke ervaring. Het gesprek bestaat in feite uit een systematische reflectie op ervaring.

Gesprekken over fundamentele vragen worden vaak vermeden, of alleen onder de borrel gevoerd. Zulke vragen zijn te abstract, te complex en te ver verwijderd van de dagelijkse praktijk om er 'zomaar' over te beginnen. Wie toch probeert, belandt weldra in een impasse. Door zulke gesprekken te vermijden, wordt echter een belangrijke bron van ideeën en motivaties afgesloten en onbenut gelaten.

Met behulp van het Socratische Gesprek kan een onderzoek van fundamentele vragen in vruchtbare banen geleid worden. Het gesprek maakt systematische reflectie op het eigen handelen en de nat et streven doelen mogelijk. Het verbindt praktijkervaring met grondslaganalyse.

Dat leidt tot verschillende resultaten. Het belangrijkste ervan is wellicht de ontwikkeling van een gemeenschappelijke visie op een bepaalde kwestie. Dat is het logische gevolg van een gezamenlijke analyse van een fundamentele vraag en van het systematisch streven naar consensus. Een ander resultaat is dat er een gemeenschappelijke terminologie ontstaat. Daardoor kunnen de misverstanden, die zo vaak eigen zijn aan fundamentele discussies, vermeden worden en kan er een werkelijke uitwisseling tot stand komen. Een derde resultaat is dat de deelnemers aan het gesprek zicht krijgen op elkaars fundamentele standpunten, waardoor zij elkaar beter leren begrijpen. Dat maakt enerzijds het accepteren van onderlinge verschillen gemakkelijker, anderzijds versterkt het ook de toenadering.