

Telemetrie maand december 2024

Uit je comfortzone stappen...

Dat is voor veel mensen een heel oncomfortabel gevoel, immers als je dat doet heb je het idee de regie kwijt te zijn over je leven en toch...

Het is misschien wel dé manier om te groeien naar iets mooiers en beters op je pad.

Ikzelf heb eigenlijk niet zoveel met autorijden, vooral met lange stukken bv, maar door omstandigheden doe ik dit nu wel en valt het mij op dat het eigenlijk helemaal niet zo vervelend is als dat mijn brein mij influistert.

En dat alles omdat ik dat eigenlijk nooit heb hoeven doen.

Een ander oncomfortabel iets, en ook dat is maar een idee, is in een ander huis zitten met maar een wc, en dat met vier mensen. Reden genoeg voor paniek bij mij want stel je voor dat er twee tegelijk moeten en ga zo nog maar even door...

Dus ja, ook ik sta bol van de veronderstellingen terwijl er eigenlijk helemaal geen reden voor is.

Soms is het dus gewoon goed om die stemmetjes te negeren en om het gewoon te gaan beleven, juist in het moment waarop het zich voordoet.

En eens te kijken hoe het voelt...

Juist iets doen waarvan je aanvankelijk denkt dat het je niet zal bevallen maakt dat je ruimer gaat denken en vooral dat je uiteindelijk mee gaat bewegen met wat zich op dat moment voordoet.

En gek genoeg geeft dat rust.

Vooral omdat het brein zich niet meer kan instellen op een verwachtingspatroon waar meestal niets van klopt.

En daar is dan het moment dat je jezelf overtreft en je beseft dat, als je de regie loslaat, er de mooiste dingen naar je toe kunnen komen.

Probeer het eens...

Met liefs,

Karin de Jager