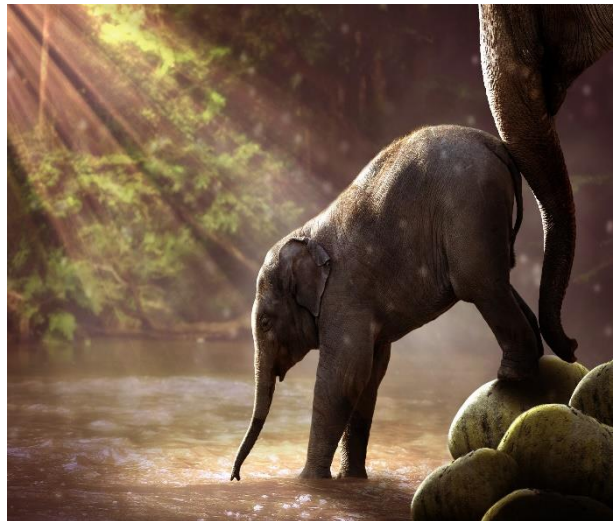


Laat los: die beperkende overtuigingen

Een vader nam zijn zoon mee naar het circus. In de goede oude tijd dat het circus nog van stad naar stad reisde. De vader en de zoon gingen kijken hoe de circusknechten de grote tent opzetten met behulp van olifantenkracht. De olifanten werden aan het werk gezet om de zware tentzeilen te verslepen en de enorme masten op te tillen. Het jongetje verbaasde zich over de enorme kracht van de beesten. Maar toen ze terugkwamen van de voorstelling en de stallen gingen bekijken zag het jongetje hoe de olifanten een touw hadden om één enkel en vastzaten aan slechts een houten staak in de grond.

Het jongetje vroeg zijn vader waarom de enorme sterke beesten het touw niet gewoon stuk trokken of de staak uit de grond rukten. Eerder op de dag hadden ze immers de kracht gehad om enorme palen te vertillen en de zware tentzeilen te verslepen. De vader legde uit dat de olifanten als baby met één enkel aan een stalen pin in de grond hadden vastgezeten. Wanneer ze weg probeerden te lopen, hielden de pinnen hen tegen. Zo leerden ze al snel dat ze niet konden weglopen als ze zo vastgebonden waren. Dit werd hun richtsnoer en fysieke realiteit. Zelfs nadat ze volgroeid waren, leefden ze hun hele leven op basis van hun gevoelens als jonge olifant. Hun bestaan was beperkt- niet door de waarheid- maar door wat hen was bijgebracht.



Welke beperkende gedachten houden jou gekluisterd? Welke persoonlijke kracht of talent neger jij alleen omdat je op jonge(re) leeftijd is verteld dat het toch niet zou slagen? Wat jou ook is verteld, je bent krachtiger dan je beseft. Je bent onbegrensd in het vermogen je denken te veranderen en dus de kracht om je realiteit te veranderen. Beperkt denken is gewoon een andere vorm van bezorgdheid en wanneer je een probleem met angst en zenuwen te lijf gaat, groeit de energie van dat obstakel alleen maar. Hoeveel je ook kniest, bang bent of twijfelt, het zal je nooit helpen een oplossing te scheppen. Het vergroot je moeilijkheden alleen maar. Dan nu het goede nieuws. Jij, en alleen jij, bent baas in je eigen hoofd! Wat erin komt, kan er weer uit en wat er weer in komt laat dat doordrenken van een positieve, bekrachtigende blik op de wereld.

Het veranderen van je gedachten en overtuigingen lijkt misschien een zwaar karwei, maar op de lange duur kost het zelfs minder moeite dan doorgaan met leven onder negatieve invloed. Ziet dit niet als onmogelijk of zelfs als onrealistisch. Beperkende overtuigingen versmallen je realiteit, en dat hoeft helemaal niet. Beperkende conclusies beperken je uitkomsten, maar wanneer je ervoor kiest los te breken uit je zelf opgelegde beperkingen ga je ervaren hoeveel rijkdom je nog kunt verwachten. Geloof simpelweg in jezelf, stop met die negatieve geluiden als: *dat kan ik niet*, of *dat durf ik niet*, of *daar ben ik niet geschikt voor*.... Kies in plaats van deze gedachten voor positieve, vertrouwende en voedende gedachten: *natuurlijk kan ik dat wel*, *leuk-ik ga ervoor*, *als ik het nu nog niet kan dan ga ik het leren*....

Pro-actieve taal in je hoofd zetten dus. Dan zul je zien dat je tot veel meer in staat bent dan je ooit voor mogelijk hebt gehouden. Leef je eigen leven, anders vult een ander dat voor jou in. Neem kleine blanco kaartjes (zo groot als een visitekaartje) en schrijf daar een positief iets op. Draag het bij je op een plaats waar je het vaak tegenkomt, je broekzak, colbertjasje, portemonnee. Door het herhaaldelijk te lezen (of alleen maar te voelen) zullen ze al snel een spontane reactie van je worden.

Ook je leven veranderen? Kijk op mijn site naar het PPS-traject.