

Schep ruimte voor nieuwe ideeën en projecten

Al een paar jaar ben ik geboeid door het ritme van de seizoenen. Niet alleen door de manier waarop de seizoenen zich in de natuur manifesteren *buiten* ons, maar ook door hoe wij mensen *onderdeel* zijn van deze seizoenen. Ook voor ons is het belangrijk om het ritme van groei-bloei-oogsten-loslaten te volgen. In onze westerse cultuur lijkt het soms wel eens dat aan het groeien en bloeien nooit een einde komt, maar dat is toch niet de realiteit. En dat is eigenlijk maar goed ook, anders zouden we allemaal burned-out raken. De perioden van loslaten en verstilling zijn van belang om tot nieuwe impulsen en ideeën te komen.

De tijd waarin we nu leven – november – is de tijd van loslaten. Wanneer we naar buiten kijken zien we dat de bomen bijna alle bladeren hebben laten vallen. De bomen doen dit om zich klaar te maken voor de winter en zich voor te bereiden op het nieuwe voorjaar dat komen gaat. Onzichtbaar ontwikkelen bomen en planten weer nieuwe kiemen die pas in maart zichtbaar worden.

Wat betekent dat nu voor ons mensen?

Dat het nu een goed moment is om eens grondig op te ruimen! Belangrijk is om vast te stellen wat je wilt (of moet) loslaten. Je kunt dit op allerlei terreinen toepassen. Allereerst kun je denken aan je werk, maar ook in je huis en zelfs in je hoofd kun je loslaten en opruimen! Laat ik eens wat voorbeelden noemen.

Op kantoor kun je nu eindelijk eens die gedateerde rapporten wegdoen, of al die documenten die je bewaard op je PC terwijl ze ook in een centraal archief zijn opgeslagen.

In je huis kun je denken aan spullen die je in een opwelling heb gekocht, maar helaas nauwelijks hebt gebruikt, aan spullen die verouderd of kapot zijn en al geruime tijd ongebruikt liggen te verstoffen.

In je hoofd gaat het om projecten die je altijd nog eens zou willen doen. Zoals bijvoorbeeld een schildercursus (je hebt de spullen ervoor al in huis). Of je voornemen om nu eindelijk eens gaan lijnen zodat je al die leuke jurkjes van een paar jaar geleden weer aankunt.

November is de tijd om je zelf eens de vraag te stellen of je de door jou voorgenomen projecten ook echt zult gaan waarmaken. Kijk hier open en eerlijk naar en geef jezelf de gelegenheid om afscheid te nemen van een voorgenomen project. En..... merk wat een opluchting het is als je jezelf toe staat om te zeggen dat je waarschijnlijk niet zult gaan schilderen en dat lijnen ook niet echt nodig is. Bijkomend voordeel van het afscheid van voorgenomen projecten is dat je de bijbehorende spullen ook kunt loslaten. Met de schilderspullen kun je waarschijnlijk iemand anders heel blij maken en je leuke jurkjes geef je weg aan je nichtje.

Heerlijk! Wat een rust. Wanneer je dit doet zul je merken dat er ruimte ontstaat voor nieuwe frisse ideeën. Laat ze maar rustig opborrelen, maar doe er nog even niets mee. Geniet de komende tijd van de rust en ruimte om je heen!

Ingrid van Dijk.