



Loopbaan Energie – *Energie & sprankeling in je werk*

Stop looking – let what you are find you

Deze uitspraak is van Hale Dwoskin <http://www.sedona.com>. Hij is iemand, net als bijvoorbeeld Eckhart Tolle en Byron Katie, die uitspraken doet die je treffen. Er is iets bijzonders aan die uitspraken, ze stijgen boven het dagelijkse uit.

Bovenstaande uitspraak vind ik heel mooi. En het stilstaan bij deze uitspraak, hem op me laten inwerken, geeft direct een gewaarwording van rust. Je hoeft niet te kijken, zoeken, speuren naar je-zelf, wat je nodig hebt, wat je wilt hebben of zijn – je bent het al.

Het kijken, zoeken en speuren is een inspanning van het denken. Als je niet in contact bent met je-Zelf, dan blijft dat zoeken. En juist dat denken brengt je verder af van gewoon 'zijn'. Het zoekt overal waar het niet is: buiten zich-zelf.

'Let what you are find you' – dat vond ik bij eerste lezing een curieus stukje tekst. Later viel me in: ik heb Hale Dwoskin er vaker over horen praten, hij houdt ons regelmatig voor: 'you are not the do-er'. Of zoals Rumi zegt: 'jij bent niet de danser, jij bent de dans.'

Dat is voor het ego een rare gedachte. Hoezo ben ik niet degene die doet (in dit geval vindt) ?? Het ego wil namelijk altijd iets te doen hebben, het wil belangrijk werk hebben. Het is beangstigend voor het ego om niets te doen te hebben. En toch, zoals Eckhart Tolle opmerkt, als je het ego/denken loslaat komt er iets anders te voorschijn, iets groters, veelomvattenders. Het 'what you are' waar Hale Dwoskin op doelt.

En dan hoef je niet meer te zoeken, te puzzelen, te proberen op te lossen. Als je het denken los kunt laten (stop looking), dan ben je gewoon (you let what you are find you) en is er je 'weten'.

Heerlijk, om stil te staan bij die zin "Stop looking – let what you are find you".

Loopbaan Energie gebruikt de Sedona Methode® bij haar loopbaan coaching. De methode is een makkelijke, krachtige manier om ongewenste gedachten, emoties en patronen los te laten in het moment. Meer info: www.sedona.com.

Coach: Clarie van de Langenberg. Zij heeft na de Academie voor Mens en Arbeid, specialisatie beroepskeuze, en ervaring in het vakgebied sinds 1999, de Sedona Methode tot en met coach level II gedaan. Deze training heeft zij gevolgd bij de grondlegger van de methode, Hale Dwoskin, in Sedona, Arizona (US).

*Loopbaan Energie is gevestigd in de Lingestraat 21, te IJsselstein (zuid-west van Utrecht, aan de A2).
Website: www.loopbaan-energie.nl - e-mail: clarie@loopbaan-energie.nl - mobiel: 06-21 976 882*