



### **Blog 6 Stay connected.**

Bovenstaande advertentie stond een week geleden in een krant. De betreffende organisatie maakt ons attent op het feit dat de linker persoon 'Disconnected' is, de ander 'Connected'.

Laten we de beelden eens goed bekijken. Wat voor een gevoel wekt het linkerplaatje op? Natuurlijk is dat bij iedereen anders omdat we 'eigen' innerlijke beelden in de loop van ons leven verzameld hebben en deze vergelijken met het beeld van de foto. Wij allen hebben persoonlijke beelden die raken aan een diep gevoel, voortgekomen uit een positieve of negatieve ervaring.

Neem even een moment om een eigen beeld te vormen van de linkervrouw en daar een term aan te geven, alvorens ik enige voorbeelden geef die je wellicht kunnen beïnvloeden bij het formuleren van je eigen gevoel.

Waar de één de linkervrouw als 'hulpeloos' zal kwalificeren, zal de ander misschien de kwalificatie 'eenzaam' geven. Maar dat is nu zo interessant! Je kunt als het ware door dit beeld van de linkervrouw en het gevoel dat dit oproept, onderzoek doen naar je persoonlijke onbewuste aansturing. Want wat maakt dat jij de kwalificatie 'hulpeloos/eenzaam etc.' op dit beeld plakt? Waar heb jij een dergelijk gevoel zelf meegemaakt? Misschien ga je zelfs zo ver dat je zegt: "Maar dat is toch ook het gevoel, het kan toch niet iets anders zijn!". In dat geval plak jij je eigen innerlijk beeld als waarheid op de ander. Dat heet projectie, waardoor het jouw waarheid is, maar niet dé waarheid (zo die zou bestaan).

Het wordt natuurlijk nog interessanter als je dit samen met anderen onderzoekt. Daarmee krijg je een meer objectief beeld van jezelf rondom de vraag wat maakt dat je de vrouw gevoelsmatig zo kwalificeert.

Ik heb dat onderzoekje ook gedaan met anderen en de mooiste (tenminste voor mij, dus dat zegt ook weer veel!) was het beeld van 'verinnerlijking'. Na onderzoek bleek er een onbewust verlangen onder te liggen, voortgekomen uit het feit dat ze altijd moest presteren, iets dóen.

Laten we de term eens verder bekijken. De linkervrouw geeft het beeld van verinnerlijking, van connected zijn met zichzelf. Verinnerlijking is het via reflectie veranderen van je zelfbeeld en daarmee het beeld van de wereld om je heen.

Jung zegt daarover: "Wanneer we ons niet aanpassen aan deze innerlijke wereld, dan is dat een even noodlottig verzuim als onwetendheid en ongeschiktheid in de uiterlijke wereld." (blz 91, deel 3, VW)

Verinnerlijken levert een belangrijke bijdrage aan het tot stand brengen of in stand houden van de verbinding met jezelf. Dat is meer dan 'connected' zijn. Het is een soort transformatieproces, elke keer weer, in jezelf. Dit 'in jezelf gekeerd zijn' is een prachtig en machtig moment voor verdere ontwikkeling van jezelf door inzicht in je persoonlijk onbewuste.

Zeg dus niet te snel tegen kind of partner: "Hé nietsnut, ga eens iets dóen", als hij of zij, net in zichzelf gekeerd, rustig op de bank zit.....

Ed Baas.