

# Feelwise focust...



*Birgit Vandermeulen heeft sinds 2008 haar coachpraktijk Feelwise. Het is haar kracht om jou verder in je kracht te zetten. Om je zelfkennis te laten groeien, rust in het hoofd te brengen & plezier in dat wat je doet. Zij denkt met je mee om je leven gericht vorm te geven zoals het voor jou klopt, zowel op het werk als privé. Haar motto luidt: Het leukste wat je kunt kennen is jezelf. Een motto waar zij, samen met haar cliënten, met veel passie, plezier en professionaliteit vorm aan geeft.*

Precies tien jaar geleden, augustus 2008, verhuisden we van Badhoevedorp naar Brabant. Het verlangen om terug te gaan naar het Zuiden was niet meer te houden, en werd uitvergroot door het verlies van onze dochter Maïke vlak na haar geboorte.

We kwamen terecht in Boxtel. Het bleek de juiste plek om een nieuw leven op te bouwen, zowel privé, als op het gebied van werk. Onder het motto 'What the heck, alles staat op z'n kop, het heftigste heb ik verloren, nu heb ik helemaal niets meer te verliezen' besloot ik voor mezelf te beginnen. Ondanks het feit dat mijn vader ondernemer was, was het ondernemerschap nooit echt in me opgekomen. Tegelijkertijd trok de vrijheid, dat kon ik ook voelen. De recessie volgde vrij snel, en toch kon ik mijn bedrijf blijven ontwikkelen. Mijn ervaring als zelfstandige groeide en groeide. De trainer, de coach en bovenal... de mens in mij.

Tien jaar Feelwise: een mooi moment om de balans op te maken. De tien belangrijkste adviezen aan mezelf, voor elk Brabants jaar één:

1. Als ik ergens als een berg tegenop zie, krijgt het zetten van steeds opnieuw een stap(je) me wel in beweging.
2. Blijf kijken naar de realiteit van deze seconde. Voorkom de verleiding van de nostalgie van dat wat was. Ga niet hopen op dat wat, misschien wel ooit en misschien wel nooit, komen gaat.
3. De beste beslissingen heb ik genomen zonder erover na te denken. Alles in mij zei (en voelde) op dat moment 'ja, ik wil'. Daar kon mijn hoofd geen speld meer tussen krijgen.

4. Ik heb altijd een keuze.
5. Doe de dingen zonder de verwachting dat een ander iets terug moet doen of geven.
6. Ga altijd op zoek naar de vraag achter de vraag, er speelt vaak meer dan ik in eerste instantie denk.
7. Ik mag altijd één fout maken, diezelfde fout maak ik daarna namelijk nooit meer.
8. Een goed gesprek is een gesprek waarin ik achter mezelf vandaan kom, en me eerlijk en open uitspreek.
9. Blijf investeren in mijn eigen ontwikkeling, zelf-ontplooiing is ook goed voor rimpels.
10. De zin van het leven is zin in het leven.

Ik ben benieuwd ... welk advies geef jij jezelf als het gaat om de inrichting van jouw leven?

Terug naar nu. Vorige week kreeg ik dit mooie bericht van een cliënte: 'Alweer tien jaar aan de weg, en andermans wegen, aan het timmeren met Feelwise. Wauw, wat een prestatie! Proost op nog vele mooie en inspirerende jaren erbij!'

Alle mensen die ik de afgelopen tien jaar heb ontmoet, staan symbool voor groei. Groei in de vorm van inspirerende ontmoetingen, mooie opdrachten, prachtgesprekken en pittige levenslessen. Waardevol voor mij en... wat ik hoop, evenzo waardevol voor de ander!

Tien jaar Feelwise. Ik teken bij, echt wel. Ik kijk er naar uit je ergens de komende tien jaar weer of voor de eerste keer te ontmoeten. Want (werk)geluk vermenigvuldigt zich door oneindig en tijdloos delen!