



# Transformaties door psychosynthese opleiding



## Transformaties

In dit boekwerkje vertellen een aantal oud-studenten, coaches en trainers over de transformaties die zij zelf hebben doorgemaakt of gezien als gevolg van de psychosynthese opleiding. En daarmee stopt het niet want het mooie is dat psychosynthese zorgt voor inzichten, tools en een reisgezelschap dat je hele leven mee gaat.

En het gaat verder dan dat want door jouw transformatie, jouw samenvallen met jezelf, het ontdekken van jouw eigenheid en levendigheid veranderen ook jouw relaties met andere mensen, de natuur en het universum.

Wij wensen je heel veel leesplezier, inspiratie, herkenning en erkenning.

## Yolande en Wendy, trainersteam en reisgenoten Pia, Wies en Monique

*Above all psychosynthesis can be indicated as an attitude and a slow conquest towards integration and synthesis in every field. It could be called a movement, a trend, a destination.*

*R. Assagioli*

## Van onzekerheid naar vertrouwen.

### Van kritisch naar mildheid.

Het ontwikkelen van mijn intuïtie en ik-kracht heeft mij enorm gesterkt in het ontdekken en vertrouwen van mijn eigenheid als mens en coach.

Wat verder helpend was: steun, spiegel, mildheid, zien van de potentie door leertherapeut en de trainer, rituelen en ceremonies als bloemen, schoonheid, aandacht.



Dat ik mocht zijn wie ik was met alles zon- en schaduwkanten met alles wat er in mij leefde. Ik voelde mij zo enorm gezien. Ik voelde mij serieus genomen. Mooie oefeningen waardoor ik steeds meer zicht kreeg op mijzelf en het kijken naar mijn vroege kinderjaren zonder oordeel van mijzelf. Ik leerde steeds meer dat alles er mocht zijn en dat er altijd meer is dan dat. Dat het altijd maar een deel is van mij. Subpersonen leren kennen van mijzelf en ervaren zo dat het bij mijn leven hoort. Ik heb geleerd en geaccepteerd en zo leren voelen dat het goed is wat er in mij leeft. En ik heb zo veel meer geleerd dat mijn intuïtie altijd klopt en dat ik daar op mag vertrouwen.

**Gelijkwaardigheid en gezien worden.** Dat ieder uniek is en ieder zijn eigen proces heeft en dat dat er mag zijn.

Ik neem mijzelf serieus. Ik kan nu blij zijn met de dingen waarmee ik worstel.

Ik zie de moeilijke of lastige dingen meer als een groeiproces.

Mijn leven is veel lichter. Ik ben **liefdevoller**.

Ik kan veel beter loslaten.

De ander mag ook veel meer zijn wie hij is.

Ik voel veel meer mijn eigen schoonheid.

Mijn partner en kinderen mogen veel meer zijn wie ze zijn. Ik kies veel meer voor mijzelf.

Voel me minder snel aangevallen door een ander, alles komt niet meer binnen als het niet van mij is.

Ik voel me veel vrijer.

Ik durf veel meer vragen te stellen aan een ander of zeggen dat ik iets niet prettig vind. Dit komt omdat ik niet het gevoel heb dat ik degene afwijs omdat ik weet dat dit maar een deel van iemand is. Zo ervaren dat het altijd maar een deel is, een subpersoon van waaruit iemand reageert en er dus altijd meer is dan dat.

Ik ben veel milder en liefdevoller ook naar de ander.

**Psychosynthese leeft in mij het is mijn levenswijsheid geworden.**

En ik ben en mag ook onderweg zijn en leren en groeien.



**Van streng naar losheid, van streng naar echtheid.**

**Van hoofd naar hart en intuïtie ontdekken en vertrouwen.**

Wat heel helpend was en is is de disidentificatie oefening: ik ben meer dan....  
De combinatie van theorie, ervaren en de steun van de groep is ijzersterk.

**Van moeten naar willen.**

**Een enorm hart voor anderen had ik al maar na de opleiding ook voor mezelf.**

**Ik ging er steeds jonger uitzien.**

Veel wijsheid en een proces dat zich veelal in stilte voltrekt.

Het aangaan van de monsters die ik tegenkwam.

Steeds weer jezelf de vraag stellen: wat zegt dat over mij.

Wat helpend was is de liefdevolle aandacht en respect vanuit de opleiding om je eigen stuk door te worstelen.

*The phrase that inspires all psychosynthetic work: know, master, transform yourself = accept yourself. R. Assagioli*



**Ik ben steeds meer mezelf gaan zien; eerst in de opleiding, maar ook in de jaren daarna. Er was tijd nodig om alles wat ik in de opleiding geleerd en ervaren heb te laten rijpen.**

**Monique**

Het steeds meer samenvallen met jezelf.

Het is de vloed waarop de boot vaart.

Psychosynthese opent deuren, het is een levenslang cadeau.

**Van hoekig naar rond, tevoorschijn komen in je eigen vorm. En de grote rijkdom die hierin meekomt.**

## De vogel

Ik ben veel meer aanwezig in het hier en nu, luisterend naar mijn innerlijk en tegelijk in verbinding en contact met de ander.

Zonder de opleiding was ik somberder. Dan had ik de zwaarte in mij de boventoon laten voeren. Was ik prikkelbaar, had ik minder acceptatie van de ander. Dan had ik mijn boosheid op mezelf en gebrek aan zelfliefde geprojecteerd op de ander.

Ik ben nu tevreden en gelukkig, ik voel liefde en ben blij. Ik heb de vrijheid in mezelf herwonnen. Ik boor de creativiteit in mezelf ook vaak aan. Ik kan vaker en voluit genieten. Ik laat me niet meer of bijna niet meer leiden door angst. Ik ken mijn onzekerheden en kan ze aankijken. Ik hoef het niet met iedereen eens te zijn.

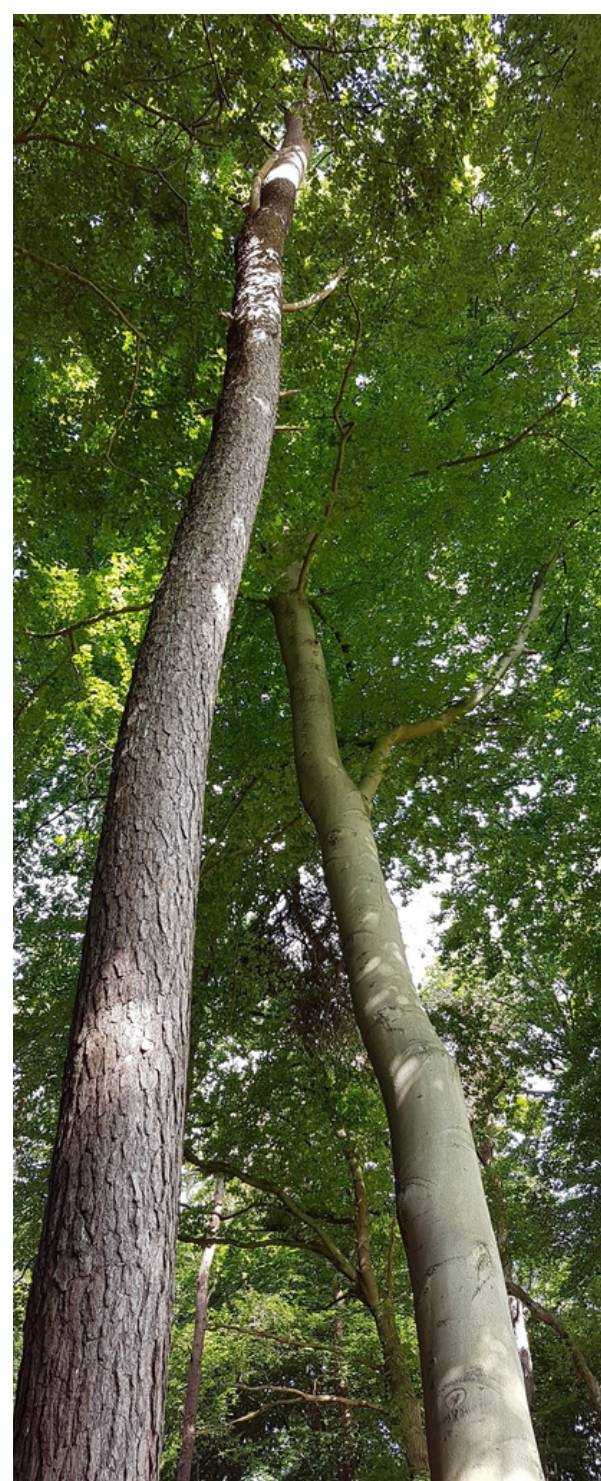
Ik weet wat mijn jeugd voor invloed op mij heeft gehad. Ik ben veel milder, sterker, authentieker en warmer geworden. Ik sta in contact met mezelf en de ander.

## Het nest

Er is met veel liefde geluisterd naar mijn verhalen maar ook naar de verhalen van anderen. Er was vanuit de begeleiding geen oordeel. In het eerste jaar was er onvoorwaardelijke ruimte en aandacht voor het "me" zelf, dat was heel helend. Door de verhalen van anderen heelde ik ook en kon ik mijn eigen trauma's zien. Het tweede jaar ging over ik en de ander en wat je als mens daarin tegenkomt. Ook helend en confronterend. Het laatste jaar kwam de transpersoonlijke ontwikkeling aan bod. Tot slot vond ik de beroepsopleiding onmisbaar omdat ik in het counselen ook leerde alert te zijn op mijn eigen lichamelijke signalen en wat ik daarin meemaakte.

Pia





**Ik krijg een beeld van 2 bomen die samen komen: 2 delen in mij. Hoofd en hart. Liefde en wil. Een zachte en een ruwe bast.** Stevig en met geschiedenis in de wortels. Ik werd uitgenodigd om er helemaal zijn en mijn eigen pijn, kwetsuren en verleden in de ogen zien en voelen zonder te vergelijken.

Het was voor mij belangrijk om in een bos te zijn. Ieder als unieke eigen boom. Ik heb geleerd en gevoeld er heel veel verschillende bomen in het bos staan met ieder hun eigen wortels, stam en kruin. Ik dacht dat ik open en nieuwsgierig was en de wereld best wel kende. Dat ben ik ook maar er bleek ook nog een hele binnenwereld te ontdekken en dat gaat door.

Ik heb vriendschappen gesloten voor het leven. Mijn nieuwe familie waar ik er met alles kan zijn, die me voedt en begrijpt.

Ik heb de verbeelding als bron, als voertuig voor mijn onbewuste ontdekt. Wat een rijkdom.

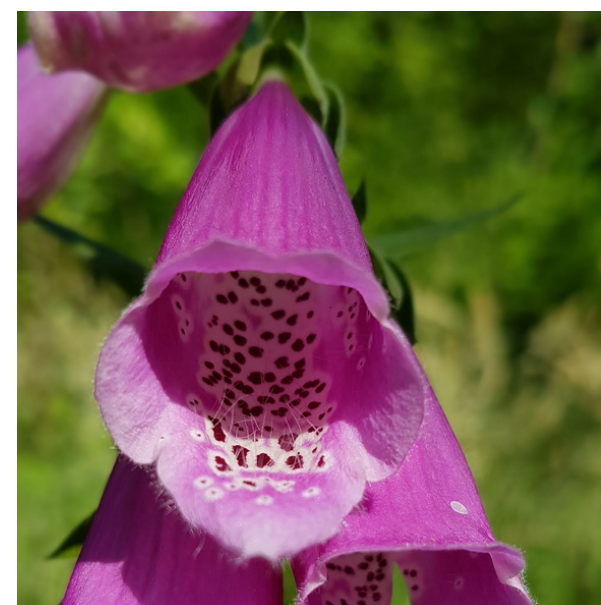
Wat mij geholpen heeft is de zachte, liefdevolle sfeer al vanaf het eerste moment dat ik voet over de drempel zette.

Het heeft me een rijker en completer mens gemaakt en mijn blik op mijzelf en de ander enorm verrijkt, verruimd en verzacht. Daardoor ervaar ik veel meer rust in goede en minder goede tijden.

**Ik vaar meer op mijn eigen kompas.**

Ik voel ook waar ik naartoe wil of wat ik altijd in **essentie** al was: ik wil nectar zijn voor de bijen zodat ze hun eigen honing kunnen maken. **Ik wil het "holy fire" dat in mij is ontbrand delen en vermenigvuldigen.**

Yolande



# Van kijken naar zien van mijn bron

De opleiding psychosynthese heeft me geholpen om steeds meer in contact te komen en zijn met mijzelf. Niet degene achter allerlei rollen en maskers, maar werkelijk mijn Zelf, mijn unieke bron. Door stap voor stap samen te smelten hiermee leerde ik te **navigeren** op mijn innerlijke kompas. Dit gaf en geeft mij een gevoel van vrijheid en vreugde. Door steeds weer contact te maken met mijn bron, te zien wat mij hiervan weerhoudt en dit aan te kijken en door te werken ben ik milder voor mezelf geworden en daardoor ook voor anderen. Ik ben met andere ogen naar mezelf en de wereld gaan kijken en zie dat er oneindig veel **schoonheid** is, ook op plekken die misschien niet zo voor de hand liggen.

Met liefdevolle aandacht naar mezelf leren kijken in een veilige omgeving, met toegewijde trainers en een groep gelijkgestemden om me heen waren de belangrijkste ingrediënten om te kunnen **groeien, stoeien en bloeien** in de hoogten en de diepte van mijn mens zijn. Die heb ik gevonden tijdens de opleiding en nu nog in de groep mensen die na de opleiding met mij verder reizen.

Als trainer en coach/therapeut werd door psychosynthese mijn mooie en waardevolle creatieve therapie rugzak aangevuld met een hernieuwde **kwaliteit van aandacht** voor mijzelf en daarmee ook tussen mij en de cliënt of groep. **Minder doen en meer zijn** bleek voor mij de sleutel waarmee ik nieuwe deuren opende. Als ik in contact ben en blijf met mijn bron en die vrijuit laat stromen, dan vind er heling en bevrijding plaats. Ik kwam er achter dat ik **een bron wil zijn die andere bronnen voed**. Om dat te kunnen zijn is het steeds weer nodig om te zorgen dat mijn eigen bron helder blijft. Dat is een levenslange **oefening om van kijken naar zien te gaan**. Daarin op weg te zijn is voor mij een groot cadeau.

Wendy





## Heb je vragen of smaakt het naar meer

Neem gerust contact op met ons.

Wendy Smit of Yolande van Wijk

Je kunt ons bereiken via: +31 611205821 of mail ons via [info@broedplaats.academy](mailto:info@broedplaats.academy).

### De Broedplaats "begin bij jezelf en eindig niet bij jezelf"

Deze uitspraak van de filosoof Martin Buber is de kern van waar wij voor staan. Het begint altijd met jezelf, met een zoektocht naar wie jij in wezen bent. Wij helpen je met het vinden van jouw kracht, kwaliteiten en wat jou zin geeft. En omdat wij mensen sociale wezens zijn, heeft dat ookeffect op jouw relaties en de wereld om je heen.

Als je meer rust, ruimte en inzicht krijgt, dan maak je bewustere keuzes en neem je jouw plaats in de wereld vol vertrouwen in. Dat heeft gevolgen voor het werk dat je doet, je gezondheid en je relaties. Het mooiste is dat jij voluit gaat leven en dat is direct zichtbaar.

Het ei en de broedplaats symboliseren veiligheid, een warm nest, een ei waarop gebroed mag worden totdat de prachtige en unieke vogel uitvliegt. Wij voeden je met inspiratie in onze blogs, podcasts, evenementen en opleidingen. Als je dan uitgevlogen bent, ben je weer welkom op het nest, in ons Netwerk.