

lativering brengen. iets uit het niets lat
portiviteit, doorzetten, grenzen stelle
lanten e **FILOSOOF** werken, nieuwsgier
vrijh... op andermans we
ur jezelf zijn bij dieren, gastvrij
en bij elkaar br... we ge
levensvragen **ONDERZOEKER** nding
varheid, e' ilte zoeken, wat
reëren of ?
acht

VERZOENER

Laat je talenten bloeien

Talenten zijn als zaadjes die in je zijn geplant om een vervuld, gelukkig leven te kunnen leiden. Hoe breng je jouw unieke talenten - en daarmee ook jezelf - tot bloei?

Iedereen is geboren met talent, zei Maya Angelou ooit. Daar heeft ze gelijk in, maar talent hebben is niet hetzelfde als talent gebruiken. Het is een beetje een ongrijpbaar begrip. Je kunt je afvragen: wat zijn mijn talenten, en gebruik ik ze wel genoeg? Is er in deze wereld wel ruimte voor mijn talenten? En hoe kan ik ze laten samenwerken om mijn leven zo rijk mogelijk te maken? Een gebruikelijk idee is dat de begrippen 'bezigheid' en 'talent' bij elkaar passen als sleutel en slot. Als je je afvraagt wat je talen-

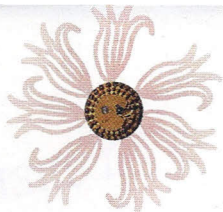
ten zijn, kijk je al snel naar je dagelijkse bezigheden. Je vindt bijvoorbeeld dat je best goed bent in organiseren, ideeën bedenken, samenwerken... Willem Glaudemans, bedenker van het Talentenspel, helpt mensen hun talenten op te sporen en in te zetten. Maar zijn Talentenspel bevat geen termen als organiseren, samenwerken of ideeën produceren. Het draait juist om intuïtie, om symbolen en archetypen. Glaudemans: "Talenten in kaart brengen doe je door onder het rationele denken te gaan zitten. Denk juist even niet aan werk en dagelijkse

activiteiten, keer eerst naar binnen. Mensen denken weleens dat ze weinig talenten hebben of dat ze hun talenten wel kennen. Maar als iemand diep in zichzelf kijkt, ontstaat een ander beeld."

Niet recyclen, maar ontdekken

Een gangbare gedachte is dat we onze talenten tijdens onze jeugd ontdekken en als volwassene uitbouwen. In werkelijkheid recyclen we vaak een beperkt aantal talenten, zonder iets nieuws te ontdekken. Wie als tiener steengoed computers kan programmeren, kan daar een heel leven mee bezig zijn. Maar wat als diezelfde persoon ook kunstenaarsbloed heeft waar hij niets mee doet? Of stel dat je er goed in bent om een groep mensen daadkrachtig aan te sturen, maar daar steeds minder voldoening uit haalt. Je krijgt de behoefte om mensen om je heen meer te hoeden en te steunen. In de taal van archetypen en symbolen: je herderstalent laat van zich horen. >

...werke.
leid, meegaan op ande
zelf zijn bij dieren,
bij elkaar brengen, het nieuwe
worden, levensvragen stellen, verbindin
hogere waarheid, stilte zoeken, ruimte
mooie melodieën creëren of beluister
sformatie, moed, daadkracht, schoonheid,
lativering brengen, iets uit het niets lat
portiviteit, doorzetten, grenzen stelle
planten en de natuur werken, nieuwsgier
vrijheid, meegaan op andermans weg
uur jezelf zijn bij dieren, gastvrijh
en bij elkaar brengen, het nieuwe ge
levensvragen stellen, verbindin
waarheid, stilte zoeken, rui
reëren of b
nacht



...werke.
leid, meegaan op ande
zelf zijn bij dieren,
bij elkaar brengen, het
HOGEPRIESTERES ellen,
a hogere waarheid, stilte zoeken
mooie melodieën creëren of
sformatie, moed, daadkracht, s
lativering brengen, iets uit h
portiviteit, d **MUZIKANT**
planten en de na
vrijheid, meegaan op ander
uur jezelf zijn bij dieren,
en bij elkaar brengen, het
BEWAKER ragen stellen,
heid, stilte zoeken
reëren of
nacht

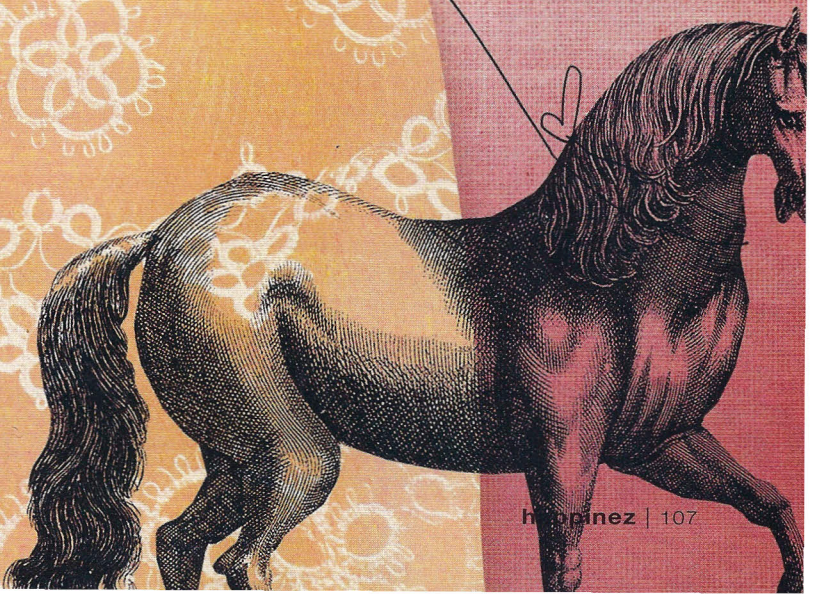


NAR

Je talenten ontdekken brengt je
dichter bij je levensmissie, bij die
plek waar alles samenkomt

ZWERVER

ALCHEMIST



De wegwijzer naar je talenten is eigenlijk heel simpel: volg datgene wat je vervult en blij maakt

> Dan is de vraag of je daarnaar luistert en dat talent ook een kans geeft. Vaak houdt het vertrouwde ons in de houdgreep: 'Schoenmaker, blijf bij je leest.' Maar ben je wel voorbestemd om schoenmaker te blijven? Je talenten ontdekken, ontplooiën en uitbalanceren is een spel dat je kunt blijven spelen. Er wachten altijd nieuwe innerlijke schatten. Spelen met talenten brengt geluk. Het brengt je dicht bij je levensmissie, bij die plek waar alles samenkomt. Dan doe je die dingen waarvoor je op deze aarde bent gekomen, ben je anderen van dienst met je unieke gaven en voel je je vervuld. Waar begint de weg naar dat doel?

Er was eens...

Carl Jung wist het al: diep van binnen leeft de intuïtieve kennis over wie we écht zijn. Ons onderbewuste vertaalt die kennis in archetypen en symbolen. Die vormen de directe toegang tot onze talenten, en onze verbeeldingskracht is de brug. Het oproepen van beelden van helden, koningen en magiërs kan nogal onwennig lijken, maar in de praktijk valt dat mee, weet Willem Glaudemans: "We zitten vaak erg in ons hoofd, maar toch komt praktisch iedereen vrij gemakkelijk bij innerlijke beelden. Meestal krijgen mensen bij de eerste sessie van het Talentenspel al intuïtieve informatie.

De rest volgt vaak snel." Verbeeld je dus eens wat meer! Daarmee kun je meteen beginnen door je het volgende voor te stellen: er was eens... een koning of koningin. Dit ben jij. Als koninklijke figuur zit je op de bok van een koets, voortgetrokken door paarden. Deze paarden symboliseren je talenten. In de koets zit de passagier; die staat symbool voor je ziel. Door de paarden de goede kant op te sturen, breng jij als koninklijke bestuurder je ziel naar haar bestemming. Dat besturen van je talenten kan een knelpunt vormen. Stel dat de paarden lukraak hun gang mogen gaan - dan bepaalt de koning of koningin niet meer waar de reis heen gaat. De ziel weet waar haar ware bestemming ligt; ze kan er alleen niet komen wanneer de talenten leiding missen. Ook kan een van de paarden vóór de anderen uit willen galopperen en zo de balans verstoren: een op hol geslagen talent dat geen ruimte biedt aan de andere talenten.

Onze taak is onze talenten bewust te leren kennen en te regeren, zegt Glaudemans. Dan kunnen we ook onze levensmissie vervullen. We brengen als het ware onze ziel naar de juiste bestemming. Oftewel, we gaan onze talenten optimaal gebruiken en doen dat waarmee we anderen het best dienen. Intuïtie is volgens Glaudemans de koningsweg naar het regeren van onze talenten.

Kies je archetype

Als variant op de metafoor met de paarden kun je je talenten ook zien als personen, archetypen. In je rol van koning(in) kun je de talenten ontmoeten. Zo leer je ze kennen en hoor je wat ze voor je levensmissie kunnen doen. Talenten die uit balans of uit beeld zijn geraakt, kun je aansporen zich in hun puurste vorm te vertonen. Talenten die vervormd of onderdrukt zijn, krijgen de nodige

De taal van archetypen

Archetypen en symbolen, die de toegang vormen tot onze talenten, spreken als het ware hun eigen taal. Deze taal kun je net als andere talen leren door te oefenen.

- * Je kunt hiervoor bijvoorbeeld de tarot gebruiken, die bol staat van de symbolen en archetypen. Leg een paar tarotkaarten op tafel en laat ze op je inwerken. Schrijf dan zonder nadenken op welke associaties en gevoelens in je opkomen.
- * Ook aandacht schenken aan je (dag)dromen helpt, zeker als er terugkerende thema's zijn. Ben je in je dromen een redder, een zwerver, een jonkvrouw?
- * Een andere rijke bron is je kindertijd. Welke spelletjes speelde je het liefst? Wat waren je favoriete sprookjes? Wat wilde je worden, later als je groot was? De kleine brandweerman of -vrouw kan het archetypische talent van de redder voorstellen, de wereldreiziger het talent om onontdekte wegen te vinden, en de prinses het talent om mensen te inspireren met verheven schoonheid.

(BRON: 'JUNG AND TAROT', SALLIE NICHOLS, RED WHEEL/WEISER, ISBN 9780877285151)



MUZIKANT

ONDERZOEKER

Doorgeschoten talent

Stel dat je leeft vanuit het talent van de verzoener, een gevoelstalent. Raakt dit talent vervormd, dan bedek je alles met de mantel der liefde, je neigt naar te veel aanpassing. Wrijving is altijd een aanwijzing dat je een talent niet optimaal gebruikt. Je vermijdt bijvoorbeeld op het werk of privé de confrontatie met iemand die iets doet wat jij onjuist vindt, en dat wringt. Het helpt als je dan als koning(in) in gesprek gaat met het talent en specifiek vraagt: wat is jouw positieve intentie? Het antwoord van de verzoener kan zijn: 'De lieve vrede bewaren.' Geef het talent erkenning voor de goede intentie, maar wijs erop dat het daarin doorgeschoten is. Vraag of het talent zich hiervan bewust wil worden. Door een talent op deze manier aan te spreken, komt het meer tot je beschikking in zijn authentieke vorm.

leiding om tot bloei te kunnen komen. De volgende oefening is door Willem Glaudemans bedacht om te helpen bij de eerste verkenning. Hieronder staan twintig talenten, vertaald naar archetypen. Ze zijn geselecteerd uit de in totaal 72 talenten uit het Talentenspel, als 'talentenproeverij'. Kies intuïtief één talent waarmee je meteen verbinding voelt, waartegen je zonder nadenken 'ja' zegt. Bij elk talent staan wat trefwoorden om het beeld duidelijker te maken.

Atleet: sportiviteit, doorzetten

Bewaker: grenzen stellen

Hovenier: met de natuur werken

Onderzoeker: nieuwsgierigheid

Zwerver: vrijheid

Begeleider: meegaan op andermans weg

Dierenvriend: puur jezelf zijn bij dieren

Herbergier: gastvrijheid

Verzoener: partijen bij elkaar brengen

Vroedvrouw: het nieuwe geboren laten worden

Filosoof: levensvragen stellen

Hogepriesteres: verbinding maken met een hogere waarheid

Kluizenaar: stilte zoeken

Opruimer: ruimte scheppen

Muzikant: mooie melodien creëren of beluisteren

Alchemist: transformatie ('lood in goud veranderen')

Krijger: moed, daadkracht

Kunstenaar: schoonheid, scheppen

Nar: humor en relativering brengen

Magiër: iets uit het niets laten ontstaan

Ontspan, adem een paar keer diep in en uit. Sluit je ogen. Verbind je met je innerlijke leiding en wijsheid. Neem een koninklijke houding aan en spreek, in gedachten of hardop, uit: ik ben de koning(in). 'Zie' welke kleren je draagt. Ga dan in gedachten naar een plek, binnen of buiten, waar je het gekozen talent wilt ontmoeten. Kijk om je heen, waar ben je? Wat zie, ruik, hoor en voel je? Is er een zitplaats die duidelijk voor jou bestemd is: een troon, een stoel, een boomstronk? Neem plaats en nodig het talent uit om naar je toe te komen. Ga in gesprek met het archetypen dat je hebt gekozen en vraag het:

- Wat is jouw rol in mijn koninkrijk?
- Wat heb je nodig om die rol te kunnen vervullen?
- Wat is je relatie tot mij als koning(in)?
- Heb je een boodschap voor mij?

Beluister elk antwoord met aandacht. Rond dan het gesprek af en bedank het talent. Schrijf de ontvangen inzichten op. Je kunt deze oefening herhalen en vanuit je intuïtie opnieuw een talent kiezen. Houd dit koningsgesprek ook eens als je voor een keuze staat rondom het inzetten van je talenten.

Van wortel tot kroon

We bekijken talenten vaak elk apart, maar dan zie je maar een stukje van het geheel. Glaudemans: "Ieder mens heeft een talenten-DNA. Een uniek patroon van talenten, precies geschikt voor jouw levensmissie." Dat ene paard kan nog zo sterk zijn, een koets trekken doen alle paarden samen. Balans is noodzakelijk. Het Talentenspel laat de samenhang tussen talenten zien via het oude kabbalistische symbool van de levensboom. In de levensboom zijn de talenten verdeeld in drie >

Krijg je last van 'grootheids-schroom'? Sta jezelf dan bewust toe om je mooiste en stralendste zelf te zijn

> soorten. De basis van de boom bevat talenten die je voeden. Het middenstuk bevat talenten die je in relaties met anderen inzet. En de talenten in de kroon van de boom leiden naar je levensmissie: het doel waarvoor jij en jij alleen op aarde bent gekomen. Glaudemans: "Voedingstalenten raken vaak als eerste ondergesneeuwd. Dat komt omdat ze schijnbaar niet direct met onze levensmissie te maken hebben. Druk als we zijn met ons werk, blijft er niet altijd ruimte over voor hobby's. Maar onze hobby's draaien wel om talenten die ons energie geven en laten ontspannen. Je talenten vormen samen een geheel. Dus als je de talenten aan de basis de voeding geeft die ze nodig hebben, gaat het met de talenten boven in de boom ook beter." Of we nu gevoed worden door een talent voor tuinieren, muziek maken, nieuwe landen verkennen of dansen, alles begint bij de basis.

Wil je je talenten beter uitbalanceren, dan kun je jezelf de volgende vragen stellen.

- Waar gaan mijn energie en tijd vooral naartoe: naar het voeden van mezelf, naar relaties met anderen of naar het nastreven van mijn levensdoelen?
- Hoe voelt dat? Wil ik iets veranderen?
- Zo ja, welke eerste, concrete stap zet ik dan? Denk aan een uurtje tuinieren, afspreken met een vriendin, een dagboek-pagina volschrijven met verlangens...

De wildernis in

Zijn er wegwijzers op het talentenpad? Eigenlijk is het vrij simpel: volg datgene wat je vervult en blij maakt. Willem Glaudemans: "Je grootste talent is meestal je missietalent. En dat wat je in de wereld wilt brengen, dat waarmee je anderen het meest van dienst bent, is naast je missie

ook je grootste vreugde." Gevoel is dus de graadmeter. Wil je je koers uitzetten of veranderen, keer dan eerst naar binnen. "Ga op een rustige plek zitten en vraag je af: klopt dit? Wil ik dit vanuit mijn ziel of vanuit mijn ego? Daarop heeft je binnenste altijd een antwoord."

Dan volgt de stap naar buiten. Want onze talenten groeien en bloeien in de wereld, tussen anderen. Maak de eerste stap in het volgen van je talent wel haalbaar, en onderneem actie binnen enkele dagen of een week. Glaudemans: "Besluiten dat je over een jaar met een opleiding begint, is geen concrete stap. Volgende week de introductieavond van een cursus bijwonen wel."

Heb je dan eenmaal besloten je hart te volgen en op je missie te gaan, dan betekent dat niet dat alles ook meteen soepel zal verlopen.

"De eerste reactie op tegenslag is vaak: denken dat het voor jou blijkbaar niet is weggelegd. Maar dit is alleen maar het universum dat vraagt of je het werkelijk meent. Wrijving of tegenslag helpt talenten te ontwikkelen en aan te scherpen. Je talenten vervullen betekent de geborgenheid en veiligheid van het vertrouwde achterlaten.

Het is de reis van de held, de wildernis in." Naast onze grootste mogelijkheden vinden we ook een van de grootste hindernissen in onszelf. "Iedereen moet voorbij dat wat ik 'grootheidsschroom' noem: wie ben ik dan wel, dat ik zo'n leven zou mogen leiden? Ontstaat die schroom, probeer dan om keuzes vanuit angst om te zetten in keuzes vanuit vertrouwen. Sta jezelf bewust toe om je mooiste en stralendste zelf te zijn. Dat is iets anders dan massa's mensen voor je winnen of rijk of beroemd worden. Er zullen ook altijd mensen zijn die je gaven niet herkennen. Voor hen zijn je gaven niet bestemd; steek daar liever geen energie in. Mensen die jouw gave wél zien en oprecht interesse tonen, kunnen die gave goed gebruiken. Voor hen zijn jouw talenten wel bestemd. Als jij voorbestemd bent om drie mensen op een intense manier te bereiken, is dat geweldig. Het gaat om jouw persoonlijke missie, dat wat jou vervult. Je licht laten schijnen doe je op je eigen wijze. Dat helpt anderen weer om hetzelfde te doen." 

TEKST ASTRID MARIA BOSHUISEN
ILLUSTRATIES STUDIO PING

TALENTENSPEL SPELEN?

* Het Talentenspel van Willem Glaudemans is niet los verkrijgbaar. Het wordt gespeeld onder leiding van gecertificeerde 'talentencoaches', ook binnen organisaties.

Een talentencoach kun je vinden via www.talentenspel.nl

* Informatie over Willem Glaudemans: www.willemglaudemans.nl