

Holistisch ondernemen

Deel 5

gezond ondernemerschap

Door: Marja van der Ende

Vanaf de start van dit glossy magazine heb ik u (hopelijk) mogen verblijden met vier artikelen over gezond ondernemerschap vanuit de holistische visie. In deze artikelen hebben we een reis vanaf het hoofd van de ondernemer naar beneden gemaakt. De drie breinen zijn beschreven en de werking van hart en onderbuik is aan de orde geweest. In dit artikel vervolgen we de reis vanaf de voeten weer naar boven. Eerst een korte samenvatting.

Een ondernemer is tevens mens en daarmee een uniek holistisch geheel van onderling afhankelijke relaties tussen lichaam, verstand, emoties en spiritualiteit. De breinen (fysiek, mentaal, emotioneel) verzorgen de aansturing van lichaam, verstand en emoties, waardoor de ondernemer in staat is werk uit te voeren, ideeën te bedenken, kennis op te slaan en zich te laten leiden door de emoties die zich als richtingaanwijzer aan hem of haar openbaren. Het hart zorgt voor de bloedsomloop en is de pomp van de passie. De onderbuik laat opwindig voelen of onrust wanneer iets niet in de haak is. Stuk voor stuk functies die de ondernemer helpen om een succesvolle praktijk neer te zetten. Naast deze functies van hersendelen en organen is het voor een ondernemer ook belangrijk om met beide benen op de grond te blijven staan. Het volgende onderdeel gaat daarom over de voeten.

ondernemerschap leidt bij veel mensen die niet zelf ondernemer zijn, tot het zien van het beeld van financiële onzekerheid en strijd met de concurrentie. Wanneer u een eigen praktijk hebt, is vertrouwen in uw eigen basis en kracht daarom essentieel.

Wat dient er geregeld te worden om een goede basis te kunnen leggen? Bij de start van een eigen praktijk kunt u denken aan een veilige overgang van een vaste baan naar volledig ondernemerschap. Wanneer u reeds een continu terugkerend aantal afspraken in uw agenda heeft opgebouwd, is die stap wellicht minder eng om te zetten. Daarnaast is het van belang om uw zaken goed op orde te hebben. Verzekeringen, algemene voorwaarden richting cliënten, een aansluiting bij een beroepsvereniging voor erkenning en vergoeding en Klacht- en Tucht recht dienen goed geregeld te zijn. Ook een functionele werkruimte waar u zich prettig voelt en het inrichten van uw administratie en belastingzaken, zijn van levensbelang voor uw onderneming.



Onderdeel 6: de voeten

Met beide benen op de grond staan, waarbij de voeten het raakvlak met de aarde zijn, is nodig om een stevige basis onder een onderneming neer te leggen. Wanneer u ondernemer bent, is het ontwikkelen van een bepaalde mate van nuchterheid essentieel om een professioneel bedrijf neer te zetten.

Wanneer we dit bekijken vanuit het basischakra (bron: Handboek Chakra-psychologie – Anodea Judith), dan staat dit energieknoop punt symbool voor vertrouwen in de wereld, stabiliteit, levenskracht en een gevoel van veiligheid en zekerheid. Zelfstandig



De demon van het basischakra is angst. In mijn optiek is het ook uw richtingaanwijzer. Voelt het nog eng om de stap te zetten? Wellicht is het nodig om nog een aantal zaken goed geregeld te hebben en zijn angst en onzekerheid de emoties die u ingegeven krijgt om u daarop te wijzen. Handel ernaar door uzelf op de hoogte te brengen van de regels, zodat u daarna vrij kunt gaan ondernemen. Kunt u bepaalde zaken niet zelf? Besteed deze dan uit aan anderen die daar goed in zijn, zodat u met een gerust hart kunt doen waar u goed in bent.

Onderdeel 7: keel, borst, handen

We reizen door het lijf weer terug naar boven en belanden dan bij het gebied van de keel, borst en handen. Dit zijn de onderdelen van de mens waarmee deze vooral naar buiten toe communiceert. Praten met cliënten, collega's, doorverwijzers, andere ondernemers tijdens netwerkbijeenkomsten.... Het schrijven van teksten voor in de media, in uw brochure of op uw website.... Communiceer en delen van korte berichten via de vele Social Media-mogelijkheden die er tegenwoordig zijn.... Dit alles met de bedoeling om uw boodschap de wijde wereld in te helpen, om uw doelgroep(en) te kunnen bereiken met uw verhaal.

Het keelchakra kan verstoord zijn. Dit uit zich in te weinig of juist te veel praten. Spreekangst tegenover roddelen en anderen onderbreken. Of het keelchakra nu wel of niet verstoord is, uiteindelijk leidt het tot het creëren van een bepaald imago. Zelf heb ik, door allerlei omstandigheden die zich voordeden in mijn jeugd, een aantal vormen van aandacht trekken ontwikkeld. Tijdens een workshop over 'Verhalen vertellen' van Ferdy Masselink, ontdekte ik dat dit eigenlijk heel gunstig aangeleerd gedrag is voor mijn eigen praktijk. Sindsdien vind ik het niet vervelend meer om 'publiciteitsgeil' genoemd te worden door vriendinnen en collega's.

Onderdeel 8: ogen, oren

Nog een stukje naar boven in het lijf vinden we de ogen en oren. De ogen en oren open houden om nieuwe kansen te zien en te horen, is een belangrijke eigenschap voor een ondernemer. Wanneer we kijken naar onze eigen praktijk, is het essentieel om goed te kunnen luisteren naar de behoeften van onze cliënten.



De oren bevinden zich in het chakramodel bij het keelchakra. Het onvermogen om te luisteren en een slecht begrip van geluiden en klanken kunnen vóórkomen wanneer het keelchakra in excess is.

De ogen bevinden zich bij de zesde chakra, ook het derde oog genaamd. Wanneer dit chakra in balans is, kan de ondernemer intuïtief zijn, een goed geheugen en voorstellingsvermogen hebben en toegang tot dromen hebben. Wellicht ook die droom om een eigen succesvolle praktijk te hebben? Dit kunnen visualiseren en omzetten in concrete plannen, kan bijdragen tot het uiteindelijk realiseren van die droom.

De demon van het zesde chakra is de illusie. Wanneer blijkt iets een illusie te zijn? Wanneer anderen u wijsmaken dat iets onmogelijk te realiseren valt? Of wanneer u het heeft uitgeprobeerd en het dan (nog) niet mogelijk bleek te zijn in die combinatie van tijd,

"De demon van het basischakra is angst.

In mijn optiek is het ook uw richtingaanwijzer"

plaats en ruimte, op dat moment?

Ondernemerschap blijkt keer op keer een groot experiment te zijn. Wanneer het de eerste keer niet helemaal lukt, doet u het dan nog een keer en nog een keer. Net zolang totdat u die samenstelling heeft gevonden, die bij u en bij de maatschappij past. Totdat u die gloeilamp heeft ontwikkeld die Edison na duizenden pogingen heeft gecreëerd en die de wereld veranderde.

Laatst bedacht ik ineens dat alles wat ik in mijn eigen onderneming doe en heb ontwikkeld, ontstaan is vanuit onvrede met de situatie waar ik in zat. Onvrede met mijn toenmalige werk, onvrede met de manier waarop artsen ons van alles wijsmaken wat niet altijd blijkt te kloppen, onvrede met de manier waarop de maatschappij handelt vanuit strijd en concurrentie. Toen zag ik een tv-programma met Richard Branson van Virgin, zelf dyslectisch en nu een van de meest succesvolle multi-ondernemers ter wereld. Hij zei: "Wanneer je een bedrijf wilt starten en je weet nog niet waarin, kijk dan eens om je heen. Zoek iets waarvan je vindt dat het niet klopt en dat het beter kan. En ga daar dan daadwerkelijk een bedrijf voor starten." Een meer inspirerende afsluiting van dit artikel kan ik zo even niet bedenken. Rest me alleen nog te schrijven, dat ik in het volgende artikel de verbinding tussen alle onderdelen zal leggen. Dan is de cirkel rond en wordt mijn visie op holistisch ondernemerschap 'compleet'.

Mijn artikel in de volgende editie is de laatste van de reeks Holistisch ondernemen. 🍌