

# Duurzaam is 'transformeren'

We zijn met zijn allen driftig aan het sleutelen om onze voetafdruk op aarde te verkleinen. Absoluut noodzakelijk. We hebben namelijk nogal wat rommel gemaakt. Maar is dat duurzaam? Weten we eigenlijk wel wat 'duurzaam' in zijn essentie betekent? We lijken een belangrijk punt te zijn vergeten. Onszelf.

Het voelt een beetje alsof we als roker besluiten om voortaan onze sigaret niet meer op straat te gooien, maar ze netjes in een speciaal ontwikkelde sustainable sigarettenprullenbak te doen. Zeker een goede stap, maar lossen we daarmee de oorzaak op? Nee. We zullen moeten gaan begrijpen waarom we ook al weer rookten, om van daaruit een keuze te maken om te stoppen of niet. Dat kan niemand je opleggen. Geen regelgeving. Alleen jij & jouw besluit om te stoppen. En dat vergt wat van jezelf. Vertrouwen, discipline en zelfliefde.

De oorsprong van duurzaamheid ligt in het herkennen van de belemmerende overtuigingen die we vast houden. Geloofsystemen over economie, carrière, zekerheid, status, succes, eigendom, geluk, over wat kan & wat mag. Geloofsystemen van onszelf. Maar ook die we van onze ouders en voorouders hebben meegekregen. Gelukkig hebben we altijd de keuze om hier doorheen te breken. En dat is juist nu nodig om onze 21e eeuw vorm te gaan geven.

## LUISTEREN NAAR JE LICHAAM

Het doorbreken van je belemmerende overtuigingen is relatief eenvoudig. Het enige wat je hoeft te doen? Opletten wat er in je lichaam gebeurt. Op ieder moment. Bij iedere gedachte. Bij iedere ontmoeting. En bij iedere handeling. Snelle hartslag? Niet duur-

Snelle hartslag?	Niet duurzaam
Korte adem?	Niet duurzaam
In je hoofd?	Niet duurzaam
Inspiratie zoeken bij anderen?	Niet duurzaam
Vasthouden aan status?	Niet duurzaam
Continu moe?	Niet duurzaam

zaam. Korte adem? Niet duurzaam. In je hoofd? Niet duurzaam. Inspiratie zoeken bij anderen? Niet duurzaam. Vasthouden aan status? Niet duurzaam. Continu moe? Niet duurzaam.

Vanuit die observatie kan je een keuze maken. Wil ik dit? Of wil ik dit niet? Durf ik dit los te laten? Of houd ik nog even vast?

Ineens ervaar je de ruimte voor de fundamentele keuzes. Keuzes die je stiekem verreed of altijd voor je uit schoof, maar oh zo diep van binnen voelde.

// Alleen vanuit een innerlijke transformatie kan een daadwerkelijke duurzame samenleving worden vormgegeven //

Tot in iedere cel van je lichaam. Waartoe ben ik hier eigenlijk? Waartoe is onze organisatie op aarde? Bijdragen aan angst & controle? Of doen wat ons hart ons ingeeft?

Durf jij deze inwaartse tocht aan te gaan? Durf jij je oude (economische) overtuigingen, angst, schaamte, luiheid, onverantwoordelijkheid en wat al dies meer zij recht in de ogen te kijken? Om deze vervolgens te mogen loslaten en met ze te lachen, omdat ze je eigenlijk stiekem best wel een mooie les leren over hoe het niet moet?

# vanuit het hart'

## INNERLIJKE TRANSFORMATIE

Alleen vanuit deze innerlijke transformatie kan een daadwerkelijke duurzame samenleving worden vormgegeven. Vanuit dat punt kunnen nieuwe business modellen duurzaam gestalte krijgen, zonder interferentie van op angst gestoelde (oude) overtuigingen.

Iedere keer dat je loslaat, herinner je een bron van oneindig potentieel in jezelf, waarin je zult zien dat jouw aanstekelijke compassie, vreugde en oordeelloosheid je moeiteloos door de meest ingewikkelde structuren & situaties heen loodsen. Met iedere stap meer energie, in plaats van minder. Puur omdat jij jouw pad van je hart bewandelt. Ga maar eens na voor jezelf. Wat houdt jou tegen? De financiële sector kan wel wat ridders gebruiken. ■

### JEROEN TIMMERS

Afgestudeerd aan Nyenrode Universiteit en na zeven jaar in de corporate wereld zijn baan opgezegd en Giving is All we Have ([www.givingisallwehave.com](http://www.givingisallwehave.com)) opgericht. Gestalte gevend aan een samenleving die voortborduurt op de onvoorwaardelijkheid van ons hart. Als spreker, coach, consultant & ondernemer. Maar voornamelijk als mens.



// Aanstekelijke compassie, vreugde en oordeelloosheid als bron van energie //

JEROEN TIMMERS