

Momentum Podcast Aflevering 1: Wat is Momentum?

Wat is momentum? Om goed te kunnen begrijpen wat Momentum is en hoe je dit kunt ervaren, is het belangrijk om te weten dat er 3 niveaus zijn, waarin je jouw leven kunt leiden. Ieder niveau bepaalt voor een groot deel hoe jouw leven en jouw succes eruit zal zien en dit is iets waar maar weinig mensen echt bewust mee bezig zijn.

De eerste groep mensen, noemen we ook wel de Worstelaars. Dit zijn de mensen die worstelen met hun leven, ze hebben het gevoel dat ze gevangen zitten in hun huidige situatie en weten vaak niet hoe ze hier uit moeten komen. Ze worstelen met hun gewicht, met geldproblemen, met een relatie, waar ze eigenlijk niet in willen zitten, met een baas die ze niet willen hebben. Ze hebben te weinig vrije tijd, te weinig leuke dingen in hun leven, om er echt van te genieten. Dit klinkt misschien negatief, maar als je echt eerlijk bent, heb je vroeg of laat ooit zelf tot deze groep behoort, geworsteld met een van deze problemen, of misschien zelfs wel vaker.

Dit gevoel van worstelen en het niet weten is iets wat we allemaal vroeg of laat een keer zullen meemaken en wat ons zal dwingen om keuzes te maken. En de keuzes die je maakt, bepaalt of je in dit niveau zult blijven of dat je zult stijgen tot een nieuw niveau.

Dit is niet makkelijk. Maar wel noodzakelijk om te groeien in je leven. Sommige mensen kiezen ervoor om niet te kiezen en blijven voor de rest van hun leven op dit niveau. Wat zij zich vaak niet realiseren is dat niet kiezen ook een keuze is. Deze mensen geven hun partner, hun baas of de economie de schuld.

Het goede nieuws is dat het wel degelijk in jouw handen is. Jij kunt ervoor zorgen dat je uit deze worstelfase komt. En nee, dat gaat niet vanzelf. Je zult er voor moeten werken, hard voor moeten werken om oplossingen te vinden voor je problemen, om beslissingen te nemen die misschien niet makkelijk zijn, maar je wel verder brengen. En als je dat doet, dan kom je op het niveau dat we ook wel het Comfortabele niveau noemen.

Dit is het moment waarop dingen voor je werken, in plaats van tegen je. Je hebt een leuke baan, een leuke relatie en je bent in beweging. Als je op dit niveau bent, zit je goed. Maar waar op het worstelaar niveau het sleutelwoord in hun communicatie vaak het woord "frustratie" wordt gebruikt, kun je bij mensen die een comfortabele levensstijl erop na houden, na verloop van tijd ook merken dat er meer is in het leven dan comfort. Jij weet het en zij weten het: Er moet meer zijn dan dit.

Als je vraagt hoe het met mensen met een comfortabele levensstijl gaat, zeker als ze al een tijdje op dit niveau zitten... Ook al hebben ze alle reden om het fantastisch te vinden waar ze zich bevinden: een mooi huis, die mooie auto een fijne relatie een goed betaalde baan... toch hoor je ze dan op een gegeven moment antwoorden: "Het gaat zijn gangetje"

Onnodig, want er is daadwerkelijk meer. Er is een ander niveau.

En dit is het niveau dat ik iedereen gun om te ervaren. Het niveau van een comfortabel leven is weliswaar een goed leven, maar een goed leven is de vijand van een fantastisch leven.

Dat fantastische niveau noemen we ook wel Momentum: Het moment waarop alles bij elkaar lijkt te komen, dat alles klopt. Dat alles op rolletjes loopt, dat je FLOW ervaart. Dat je geen leuk inkomen hebt, maar een fantastisch inkomen, dat je lichaam en geest in topvorm zijn, Dat je weet hoe je tegenslagen moet overwinnen, je weet hoe je met je angsten om moet gaan en echt betekenisvolle relaties hebt.

Momentum is voor de mensen die echt iets willen bereiken, iets willen betekenen voor anderen en echt het verschil willen maken. Dit is het moment waarop mensen niet meer bang zijn om te delen: hun emoties, hun angsten, hun kennis, ja hun vermogen! Dit is niet iets wat je eenmalig ervaart, of

wat je af en toe ervaart, maar de wil om jezelf altijd uit te dagen, om iets te bereiken dat je nog niet eerder hebt bereikt. Dat is alleen maar mogelijk als je niet jezelf continue comfortabel voelt, maar iedere keer net buiten je comfortzone stapt, zodat je iedere keer groeit, zonder dat je gestrest bent of overweldigd wordt door alle uitdagingen.

Op dit niveau zul je merken dat mensen anders zijn, anders tegen de wereld aankijken. Zij hebben het hoogste haalbare niveau gevonden. En dat is pas echt Momentum!