

001 HSP-Blog Roland Feel so different

“God grant me the serenity to accept the things I can not change
Courage to change the things I can
And the wisdom to know the difference”

De bovenstaande tekst is uit het lied “Feel so different” van Sinéad O’Conner, de bekende Ierse zangeres. De eerste drie regels slaan op het gevoel dat we als HSP’ers vaak voelen, maar moeilijk aan een ander kunnen overbrengen: je anders voelen:

“God sta me de kalmte toe dingen te accepteren die ik niet kan veranderen
Moed om de dingen te veranderen die ik kan
En de wijsheid om het verschil te weten”

Ook ik voelde me anders. Ik voel me anders, en moet het hoofd bieden aan een wereld die me vaak niet begrijpt. Ik moet door wikken en wegen, door vallen en opstaan, mijn eigen weg zien te vinden. Het gros van de mensen heeft daar geen boodschap aan en vindt dat ik “normaal” moet doen. Maar mijn normaal is niet hún normaal. Ik denk dat dit voor veel HSP’ers een herkenbaar fenomeen is. Niet begrepen worden prikkelt en vaak overprikkelt dat ons. Naast al het andere dat bij ons zo overweldigend kan diep binnen komen en dat we moeten zien te verwerken.

Naast een High Sensitive Person ben ik ook nog een beelddenker en hoogbegaafd. Drie vormen van anders zijn, verzameld in een persoon. Dat geeft bijzondere kwaliteiten, maar het is vaak ook ontzettend lastig. Ik ben al meer dan zestig jaar op zoek naar mezelf en doe iedere keer weer nieuwe ontdekkingen. Die ontdekkingen zijn soms een feest van herkenning, soms een vlaag van erkenning. Maar iedere keer is het een zoektocht met alle kwaliteiten, uitdagingen, valkuilen en allergieën die daarbij horen.

Mijn grootste daad was mijn onderwijs carrière van de een op de andere dag te laten varen, nu meer dan zes jaar geleden en me volledig te gaan richten op beelddenken. Die zomer had ik een boek gelezen: “Beelddenken en begripsdenken, een wereld van verschil” van Michel Ensing, en ik voelde dat ik precies in dat plaatje paste. Van het een kwam het ander en ik ben diverse opleidingen op dat gebied gaan volgen. Toch bleek beelddenken niet het enige dat mij anders deed voelen. Gaandeweg de jaren herkende ik in mij de kenmerken van hoogbegaafdheid en hooggevoeligheid. Onderzoek en zelfstudie deden me beseffen dat ik aan alle “voorwaarden” voldeed. Oké, dat weten we dan en zie er maar mee te dealen. Hoe dat moet en gaat? Ik weet het ook niet. Ik ben nog steeds zoekende en studeer nog steeds en lees nog alles wat los en vast zit op dit gebied.

In volg diverse sites en FB-sites over dit onderwerp en lees de vele vragen die ook anderen hebben. Me beseffend dat ik ook niet alle antwoorden heb, wil ik wel een poging doe om mijn wetenswaardigheden aan papier toe te vertrouwen en met anderen te delen. Eén keer per week in maximaal 500 woorden. Wie het leuk vindt; volg me!

FB:

<https://www.facebook.com/HSP-Blog-Roland-102080828550622>

website: www.groeienenbloeien.nl
reacties: info@groeienbloeien.nl