

Groep Inspiratie & Zingeving

Er gebeuren veel dingen in ons leven. Vaak staan we er niet bij stil en hobbelen we door naar het volgende. Dit geldt vooral voor de dagelijkse dingen. Ze kunnen ons dan voor komen als een sleur. Soms lijkt het erop dat we zoeken om aan de sleur te ontkomen en soms is het, alsof ons dat overkomt. We vergeten te onderzoeken waarom we dat zo ervaren. Wanneer we ouder worden, is het ook moeilijker deze houding vol te houden. De vraag naar de betekenis van wat ons overkomt en waar we naartoe willen, wordt nijpender. Aan de andere kant ervaren we vaak ook een drempel om over onze persoonlijke ervaringen en de onderliggende gevoelens die deze oproepen te bespreken met anderen. We durven ze vaak niet te delen omdat we bang zijn dat ze door anderen als raar gezien worden.

In de groep Inspiratie en Zingeving willen we hiervoor ruimte scheppen om dat wel te doen. Juist door onze persoonlijke ervaringen en de onderliggende gevoelens met anderen te delen, krijgen ze meer een plek in ons leven en ontstaat er de mogelijkheid er een nieuwe betekenis aan te geven. Maar tevens kunnen de persoonlijk ervaringen van anderen ook een inspirerende betekenis hebben voor ons eigen leven. Dat is ook wat we beogen als we in deze groep bij elkaar komen. Het maakt dan ook dat we in de groep het met elkaar begaan kunnen zijn, maar ook om elkaar kunnen lachen. Het gaat ons er uiteindelijk om dat we elkaar kunnen zien in wie we zijn. Op deze manier ontstaat er ook echte verbinding met elkaar en met jezelf.

Je vindt dit ook terug in de quotes die gehaald zijn uit de evaluatie van ons bezigzijn in 2018 aan de hand van de vraag: "Wat ontleen je aan deze groep"? Ze staan hieronder vermeld:

"Ik hoor van anderen wat er speelt en wat die ervaart en dat lucht mij op"

"Ik ervaar veel diepgang"

"Ik vind het heel fijn om ook van anderen te horen dat ze met dezelfde dingen worstelen als ik"

"Het is net of er een ui afgepeld wordt als er vragen worden gesteld die er toe doen"

"De openheid is hartverwarmend"

"Dingen worden gezegd zoals ze worden ervaren. Er is echte eerlijkheid "