

HAM VRAGEN.

MINDMAP
EDITIE

ONTDEK WAT JOU DRIJFT

www.hamuragen.nl
www.thomasvandeloo.com

© Thomas van de Loo 2022

Auteur: Thomas van de Loo
Omslagontwerp: Woedt

ISBN: 978 94 036 2932 2
1^e druk

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, geluidsband of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Woord vooraf

Beste Hamuragensteller,

Mooi dat je aan de slag gaat met dit essentiële en boeiende thema!

Hopelijk helpen de vragen jou bij de zoektocht naar wie jij bent en hoe je jouw leven wilt inrichten.

Hamuragen is begonnen als kaartspel, maar omdat sommige Hamuragenstellers aangaven graag met aantekeningen en/of mindmaps te werken, is deze mindmap-editie ontstaan. Bij deze editie heb je de mogelijkheid om antwoorden, associaties en ideeën op de pagina zelf te schrijven. Hoe je dat precies invult, is helemaal aan jou.

Meer informatie en achtergrond over Hamuragen vind je op de website www.hamuragen.nl

Ik wens je een vruchtbare zoektocht.

Thomas

Gebruik van dit boek

Hoe je Hamuragen precies inzet, is natuurlijk helemaal aan jou. De vragen zullen hoe dan ook voor andere perspectieven zorgen, waardoor je steeds net andere dingen ontdekt. Wellicht helpen deze vier aanwijzingen je om nog meer uit Hamuragen te halen.

“Stomme vraag, volgende”

Iedere vraag schijnt een net ander licht op wie jij bent. Sommige vragen gaan direct in op passies, waar andere vragen zich vooral richten op belemmerende factoren. Vragen uit die laatste categorie roepen soms weerstand op, waardoor de neiging kan ontstaan om de vraag over te slaan. Toch haal je het meest uit de vraag als je die weerstand als een interessant gegeven ziet. Duik er eens in. Wat betekent die weerstand...? Waar komt het vandaan? En hoe zou je leven eruitzien zónder die weerstand?

Antwoord als jezelf

Door het leven heen zijn we van alles over onszelf gaan geloven. Zo denken sommige mensen dat ze ‘nu eenmaal zo zijn’, terwijl bij anderen het idee heeft postgevat dat ze ‘gewoon echt zus zijn’. Toch hoeven die denkbeelden niet te kloppen en zorgen ze er zelfs voor dat het lastiger wordt te ontdekken wie je nu echt bent en waar je gelukkig van wordt.

Laat al je ideeën over wie, hoe en wat je bent daarom zoveel mogelijk los bij het beantwoorden van Hamuragen. Antwoord zo oprecht en direct mogelijk en accepteer het als dat antwoord niet overeenkomt met het (soms inaccurate) beeld dat je van jezelf gecreëerd hebt.

Connecting the dots

Wanneer we het over iemands passies hebben, zijn we snel geneigd aan iets groots en concreets te denken. Misschien hoop je na vier vragen een fantastisch aha-moment te beleven en precies te weten wat de vervolgstappen zijn (“Ik weet het! Ik wil bij de brandweer!”). Maar soms zijn het juist heel veel kleine ‘clues’ die samen een groter verhaal vormen. Waardeer dus ook de mini-inzichten!

Geef het tijd

Het komt je misschien niet zo goed uit, maar helderheid komt soms pas na enige tijd. Wanhoop dus niet wanneer je na een aantal Hamuragen nog geen duidelijk levenspad voor je ziet. Geduld en vertrouwen vormen de beste voedingsbodem voor helderheid over jouw weg voorwaarts.

Ok, let's go.

HAMVRAAG

**Reis door de tijd naar
het einde van je leven.
Wat zou jou een voldaan
gevoel geven over het
bestaan dat je geleid hebt?**

HAMVRAAG

**Welke bijzondere
vaardigheid benut
jij onvoldoende?**