

# ROOD

Uithoudingsvermogen    Energiek    Gewaagd  
Passie    Doorzetten    Risico's nemen    Vurig  
Onafhankelijk    Kom maar op!    Warm  
Gloeien    Dynamisch    Daadkracht    Blozen  
Ondernemen    Leidinggeven    Assertief  
Hartelijk    Moed    Vitaal    Wakker  
Motiveren    Liefde    Gedreven    Vlug  
Lust    Onafhankelijk    Onvermoeibaar  
Levenslustig    Pittig    Extravert    Ondeugd  
Dapper    IJverig    Alert    Direct    Praktisch  
Opwindend    Uitdagend    Nuchter    Aards  
Openhartig    Dynamiek    Avontuur

En van je handen uit de mouwen steken  
en een pittige tante zijn!





### Beetje te veel geel?

Dan gaat het vaak over alles willen weten. Maar dan ook alles. En dat het altijd over jou gaat. Oppervlakkig? Is er nog wel ruimte voor een ander?

### Beetje te weinig geel?

Hoe fijn zou het voor je zijn om je minder rusteloos te voelen en dat je meer durft te vertrouwen op de bright site of life? Minder angstig, minder kritisch, meer vertrouwen en positiviteit?

### Houd je niet van geel?

Geel is de kleur van besluitvaardig zijn. Doelen behalen en van centraal staan. Geel durft het podium te pakken en zichtbaar te zijn. Op welk vlak in je leven zou een beetje meer geel je niet misstaan?



## Waarom zoveel vrouwen last hebben van straalangst

Onlangs had een klant van mij een heftige confrontatie met de kleur geel. Door een 'gele opdracht' te doen uit mijn coachprogramma ontdekte ze dat ze zowel in huis als in haar kledingkast geen geel had. Niets, nada, noppes. Waarom was dit zo confronterend voor haar?

### Boterbloemgeel

Als klein meisje was ze dol op geel. Mooi boterbloemgeel! Haar kamertje was geel, haar barbies in het geel en altijd die gele jas. Een zomerjasje tot op de draad versleten. In haar puberteit ging ze voor heldergeel. Een slimme meid, die koos voor de Kleinkunstacademie en op haar toekomst was voorbereid. Ze was altijd een stralend middelpunt in het leven van zichzelf, de familie en de wijde omgeving. Zichtbaar en zelfbewust op weg naar haar toekomst als podiumtijger. Maar nu, zo realiseerde ze zich, was het van dat meisje en de jonge vrouw vol idealen en focus op de toekomst weinig over. En ook van geel was weinig meer te vinden.

### Wat ging er mis?

Met volledig zelfvertrouwen en zin ging ze voor haar podiumcarrière. Ze mocht auditie doen voor de Kleinkunstacademie in Maastricht. En werd aangenomen! Ze verhuisde van het kleine stadje tussen de klei van de

Uiterwaarden naar het statige zuiden. En toen ging het mis. Ziek van heimwee moest ze steeds vaker niet thuis geven. En de keren dat ze op het podium stond, bakte ze er niets van, omdat de lat zo hoog lag. Haar zelfvertrouwen kromp zo sterk na die ene keer, doordat ze de lachers echt niet op de hand had, dat ze besloot om te stoppen. Geen theater, geen podium en vooral niet zichtbaar zijn, want stel je voor dat ze niet meer zou kunnen entertainen, niet meer zou kunnen plezieren, door de mand zou vallen en toch niet zo geweldig bleek te zijn? Nee, liever stoppen dan falen. Klein en in haar schulp.

### De confrontatie

Ik legde haar uit wat een beetje geel in haar leven met haar kon doen. Geel is de kleur van je innerlijke kracht. Het leven vol vertrouwen tegemoet dansen en weten wat je kunt. Plannen maken, doelen stellen en ze waarmaken. Fouten mogen maken, omdat het leven all inclusive is. Geen faalangst, maar straalangst. Geel wakkert het podium pakken in je aan. En ze reageerde: "Wel confronterend om te lezen wat de kleur geel doet met je, het klopt helemaal; ik zit vol ideeën het komt er alleen niet uit. Ik zeg altijd, er is iets in mij wat mij tegenhoudt om stappen te zetten. Nu ben ik al aardig onderweg, het kan alleen nog beter." ▶

# Ik ben turkoois

En ik heb zo mijn eigen wijze. Ik doe de dingen nu eenmaal anders en soms zelfs andersom. Maar altijd om de wereld een beetje mooier te maken. Zo heb ik het te doen.

Ik zie de verandering eerder dan jij, ben ambitieus en neem de tijd om op vindingrijke wijze mijn visie te vormen en te vertellen over mijn idealen. Idealen geven me richting en alleen zijn geeft ruimte.

Het is niet dat ik niet blij met je ben. Maar, weet je, van regels krijg ik het benauwd, ze maken me klein. Dus laat me en ik kom naar jou toe! Om te luisteren, je tot rust te brengen en je te helpen met hart en ziel. Daar ben ik goed in. En verder ben ik tolerant en super-inspirerend.

Ik ben niet zo goed in over mezelf praten en voor mezelf opkomen is meestal ook een ding. En mijn eigen wijze is ook best eenzaam. Maar laten we afspreken nooit echt ruzie te krijgen! Want als ik boos ben verdwijnt al de charme van mijn sprankelende eigenwijze persoonlijkheid in een dwars en weinig vergevingsgezind type. Dus laten we plezier maken en verandering in de wereld brengen.

Ik ben turkoois, kleur van het avontuur om mijn hart achterna te gaan voor de light-versie van jouw leven.



**Anne-Lies Smal - @zijvanbloei**

31 is ze en ze ziet overal turkoois. Je kent het wel, moet en wil je ineens alles van die kleur. Turkoois #kleur van luisteren naar je innerlijke TomTom.



A night sky filled with stars, with a dark silhouette of trees at the bottom. The text is overlaid on the right side of the image.

“Ik luister gelijk  
even met mezelf mee  
in dit gesprek”