

Mensenkennis als basis voor ontwikkeling en samenwerken

Het vierledig mensbeeld



Figuur 1 *Verbeelding van vierledig mensbeeld* Van Sandick 2019

Op de volgende bladzijde tref je een typering aan van het vierledig mensbeeld. Door op de link naar podcast te klikken kom je bij geluid met een liedje en een gesproken tekst. Zo kan je je verdiepen in hoe het vierledig mensbeeld bedoeld is en hopelijk je zelf kennis en mensenkennis vergroten. Na het luisteren van een deel, zet dan weer even stop tot je het volgende geluidsfragment wilt luisteren. Veel plezier!

Aangaan

Ariaan Sophia van Sandick

www.aangaan.nu

Mensenkennis als basis voor ontwikkeling en samenwerken

Het vierledig mensbeeld

"IK" lichaam

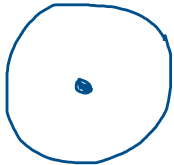
Vuurelement

Onzichtbaar met het blote oog

Ariadne: mijn stuurvrouw Sterrenbeelden: leeuw, ram en boogschutter Zelfbewustzijn, zelfreflectie

Ontwikkeld zich sterk tot 28 jaar Dag/nachtritme Wakker Uniek voor mensen

Keuzes kunnen maken Lied: Jamalena, omdat ze zelf een koers aangeeft



zelfbewustzijn

[Link naar PODCAST](#)

Astraal Lichaam

Lucht element

Onzichtbaar met het blote oog

Asterope: een van de zeven gesternte Sterrenbeelden: weegschaal, tweeling en waterman

Ontwikkeld zich sterk in puberteit Antipathie/ sympathie

Weekritme Wakker, herstelt in de nacht Denken/Voelen/Willen

Lied: Vem kan segla vanwege de emoties Dieren ook astraal lichaam



naar buiten gericht

[Link naar de PODCAST](#)

Ether lichaam

Water element

Onzichtbaar met het blote oog

KA, levensprocessen, kabouters Sterrenbeeld: vissen, kreeft en scorpioen Herstel tijdens de nacht

Ontwikkeld zich sterk tot 14 jaar Stromend, herstellend, gezond makend, ritmisch

Maandritme Lied: Wiegeliedje vanwege het ritme Planten ook etherlichaam



niet alles komt binnen

[Link naar PODCAST](#)

Fysiek lichaam

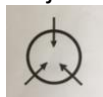
Aarde element

Zichtbaar met het blote oog

Corpus, vast vorm Sterrenbeelden: steenbok, stier en maagd Jaarritme

Ontwikkel zich sterk tot 7 jaar Dieren, planten en aarde hebben ook fysiek lichaam

Liedje: Yani Yoni vanwege de geboorte van het fysiek lichaam Heeft Etherlichaam nodig om te leven

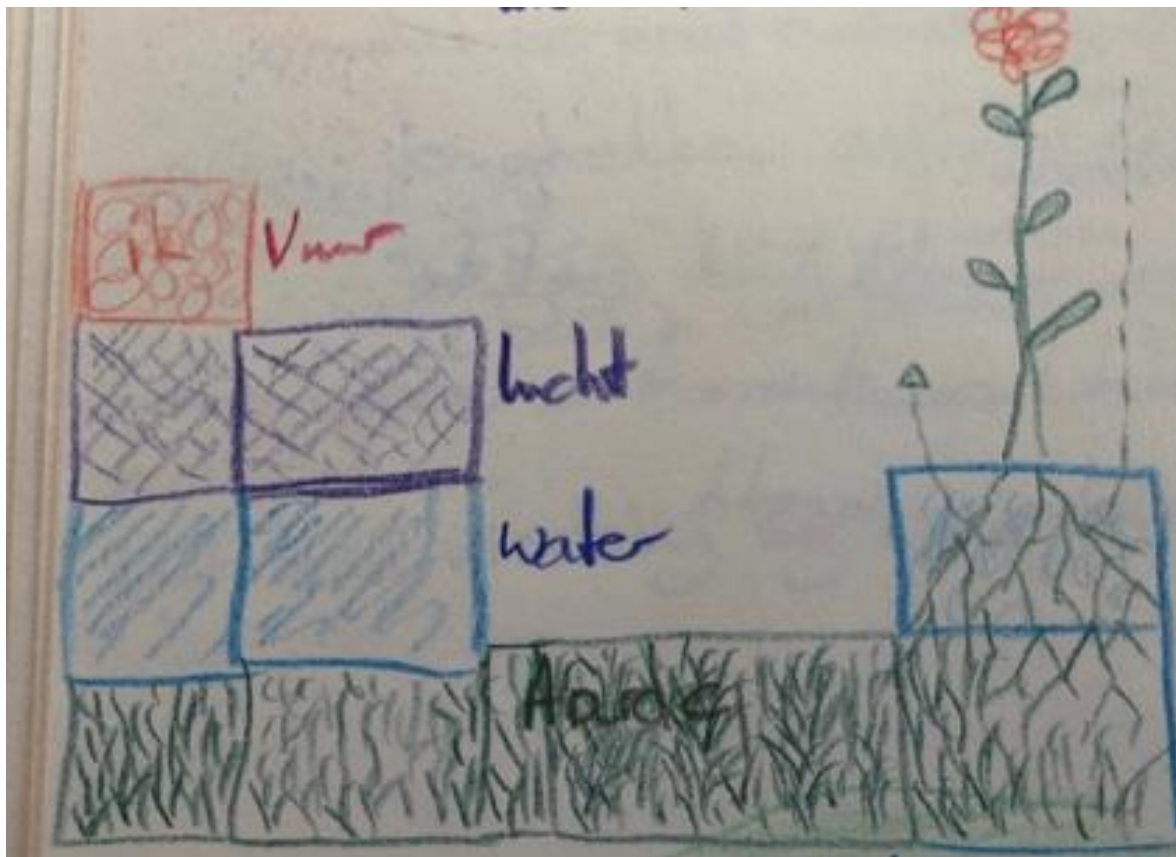


alles komt binnen

[Link naar PODCAST](#)

Mensenkennis als basis voor ontwikkeling en samenwerken

Het vierledig mensbeeld



Figuur 2 Vierledigheid en de parallel naar de vier elementen Van Sandick 2019

Door je bewust te worden van de verschillende delen in jezelf krijg je meer mogelijkheden om jezelf te ontwikkelen. Ook geeft het je zicht op anderen, waardoor samenwerken beter kan gaan. Door het vierledig mensbeeld tot je te nemen geef je jezelf dus een kans op meer flow. Door stil te staan bij hoe je in elkaar zit en welk deel van je misschien extra aandacht vraagt neem je het stuur meer in de hand en kan je keuzes makkelijker maken.

Voor de verschillende delen zijn er oefeningen die je kunnen helpen bij deze ontwikkeling. Tijdens de coaching kunnen we die oefeningen kiezen die bij jou passen.

Ik heb dit document en de podcast samengesteld op basis van veel verschillende bronnen. Als je meer wilt weten informeer dan bij mij voor aanvullende literatuur/ websites (ariaan@aangaan.nu).

Veel plezier bij het verder ontdekken en ontwikkelingen van je verschillende delen en daarmee het benutten van al je talenten.

Maart 2019, Ariaan Sophia van Sandick
www.aangaan.nu