

Vuurvogel


Phoenix
Opleidingen

jaargang 6 – nummer 1/2009

verschijnt 2 x per jaar

“Waar sta je voor”



Voorwoord

Dank voor de vele enthousiaste reacties op onze vorige Vuurvogel, die gewijd was aan grootouders. Velen waren geraakt door de verhalen over en door opa's en oma's. Een blad vol verbinding met onze wortels. Ook deze editie (de tiende Vuurvogel: een jubileum!) gaat over verbinding, zij het vanuit een ander perspectief. Het gaat over verbinding met wat het leven, het werk, de bezigheden zin geeft. Waartoe doe ik wat ik doe? Waar sta ik voor? Wie ben ik als persoon, als man/vrouw, als opleider? We bieden je een rijk en gevarieerd palet aan ervaringen en opvattingen in uiteenlopende vormen: interviews, artikelen, gedichten, verhalen, oefeningen, enz. Veel dank daarvoor aan alle inzenders. Vuurvogel wordt meer en meer een blad niet alleen vóór Phoenix-cursisten, maar ook dóór Phoenix-cursisten. Ook het volgende nummer, dat zal verschijnen in oktober 2009, gaat in zekere zin over verbinding. Het thema zal dan 'hechten en loslaten' zijn. Zoals immer: je bijdrage is van harte welkom!

Sander Reinalda

Volgende uitgave

De volgende uitgave van 'Vuurvogel' gaat over 'Hechten en loslaten'. Als je aan dit nummer wilt bijdragen, laat het ons dan weten! Vuurvogel verschijnt in oktober 2009.

Wanneer aanleveren?

Lever je bijdrage voor 30 mei 2009 aan bij info@phoenixopleidingen.nl. Vermeld erbij: Vuurvogel – 'Hechten en loslaten'. Voorzie je bijdragen van foto of illustratie.

Hoe aanleveren?

Tekst: digitaal aanleveren in Word, maximaal 4500 tekens, incl. spaties en leestekens. Illustratie of foto: beeldformaat op 100%, min. 300 dpi.

Plaatsing

Het plaatsen van de aangeleverde teksten en beelden is ter beoordeling aan de redactie. Over het al dan niet plaatsen wordt geen correspondentie gevoerd.

De redactie behoudt zich het recht voor om teksten in te korten en/of tekstuele wijzigingen aan te brengen. De inzenders krijgen daarvan bericht.



Deze keer is er geen lokroep.

'Vuurvogel' wordt uitgegeven door Phoenix Opleidingen en wordt toegezonden aan ieder die een of meer opleidingen bij Phoenix heeft gevolgd. Wie geen prijs stelt op toezending, gelieve dit te melden aan info@phoenixopleidingen.nl.

Inhoud

jaargang 6 – nummer 1/2009

2	Voorwoord
2	Volgende uitgave
2	Colofon
2	Lokroep
3/7	Interview met Herman Cools
7	Een gaaf mens - Bas van den Berg
8	'Internal alignment'
9/10	Interview met Niels Korthals Altes
10	Waar sta je voor?
11	Boekbesprekingen
12/13	Zij is wie ik ben
14/15	Gesprek met Jürg Thölke
16	De geur van de zee
17/18	Serie 'Inspiratie': Eric Berne
19	Waar ik voor sta:
20	Wat vooraf ging

Colofon

Phoenix Opleidingen
Raiffeisenlaan 26 A
3571 TE Utrecht
tel. 030 2711383
fax 030 2722547
www.phoenixopleidingen.nl
info@phoenixopleidingen.nl

Redactie:

Francien Bruggink
Morten Hjort
Manon Miessen
Gé Ophelders
Annelies van der Ploeg
Heleen Reitsma
Sander Reinalda

Foto's cover:
Noor van der Ploeg - Radier

PHOENIX IN DE PERS

Liefdeswetten: de kracht van het verleden
Een artikel door Joke Goudswaard en Wibe Veenbaas over verborgen patronen in familiesystemen. In: Prana, tijdschrift voor spiritualiteit en randgebieden der wetenschappen, nr. 169

Meesterlijke ontmoetingen: Wibe Veenbaas
Een interview met Wibe Veenbaas, over zijn persoonlijke en professionele ontwikkeling. In: TETH, Tijdschrift over Educatieve & Therapeutische Hypnose, 2008-3

"Dat ik boerenzoon ben, kleurt mijn spiritualiteit."

Interview met Herman Cools

Gé Ophelders en Heleen Reitsma

Herman, zou je over je afkomst willen vertellen?

In 1960 ben ik geboren in Turnhout. Ik groeide op in een dorp in de Antwerpse Kempen. Ik ben de oudste van zeven kinderen. Na mij kwamen nog drie broers en drie zussen op de wereld. Veel broers en zussen hebben betekent: goed omringd zijn. Bij ons thuis was er steeds 'veel leven in de brouwerij'. In onze kindertijd hebben we veel gespeeld in de bossen rondom de boerderij. Ook mijn ouders speelden vaak met ons mee. Toen mijn ouders huwden is mijn vader ingetrokken bij zijn schoonouders. Met zijn allen leefden we dus op de boerderij van mijn grootouders, langs moederskant. Dat maakte de bedding die ik als kind had stevig en warm. Met mijn grootmoeder had ik een bijzondere band. Ze was mijn meter, ik herinner me nog hoe ze liedjes zong en verhalen vertelde, dat kon ze als de beste. Ze had een groot hart en ik voelde mij als kind door haar erg graag gezien. Als kind sliep ik in de kamer boven de kelder. 's Avonds bleef mijn grootmoeder lang op en het licht dat door kier van de woonkamerdeur viel, gaf mij een heel veilig gevoel. Toen ik acht was, stierf ze.

Wat betekende de dood van je grootmoeder?

Haar dood betekende een breuk in mijn kindertijd. Toen ik de kist in de grond zag zakken, besepte ik definitief dat ik ze nooit meer zou zien. Met mijn kinderlijke logica dacht ik: hier kan ze nooit meer uit. De begraafplaats bevond zich naast de school. Na haar dood heb ik na schooltijd veel op de begraafplaats rondgezworven. Ik herinner het me zelf niet meer, het was de plaatselijke veldwachter die mijn ouders bezorgd kwam vertellen dat ik veel op het kerkhof vertoefde. Mijn gemis dreef me er naar toe. Haar graf betekende veel voor me. Ook na mijn recent ziekteproces, drie jaar geleden, ben ik opnieuw naar de begraafplaats gegaan en heb haar bedankt voor de steun die ze 'van de overkant' gegeven heeft. De plaats waar ze begraven is, is door de jaren heen toch wel een beetje een heilige plaats voor me geworden. In mijn systeem van herkomst heb ik veel dood aangetroffen. Mijn vader is zijn moeder verloren toen hij elf was. En twee broers van mijn moeder zijn jong gestorven. Eén van haar broers – het lievelingszontje



van mijn grootvader, amper 2 jaar oud, - stierf één jaar voor de geboorte van mijn moeder. Waarschijnlijk heeft mijn moeder haar bestaan te danken aan zijn vroege dood. Ze heeft daarom geleefd voor twee. Nog steeds is het zo dat mijn moeder bij lijden in haar kracht komt.

Hoe was zo'n groot gezin voor je ouders?

Bij tijd en wijle waren het harde tijden. Mijn ouders hebben keihard gewerkt. Mijn vader was aanvankelijk wegebouwer. Daarnaast werkte hij mee op de boerderij van zijn schoonouders, die hij later overgenomen heeft. Jarenlang stond hij op om 5 uur 's ochtends en ging hij pas slapen om 23 uur. Hij weet wat werken is. Hij heeft veel geofferd om het grote gezin dat hij graag wilde, te dragen. Regelmatig kwam er intens lijden op het pad van mijn ouders. Zo is één van mijn zussen geboren met een groot gezwel, dat gelukkig later vanzelf is weggetrokken. Op mijn 2e heb ikzelf een jaar in het ziekenhuis gelegen met tuberculose, op leven en dood. En een van mijn broers kreeg een ongeluk toen hij 7 jaar oud was. Hij werd aangereden, lag weken in coma en had vele breuken. Maandenlang heeft hij in een kliniek in Antwerpen gelegen. Mijn moeder was toen net weer zwanger. Door deze gebeurtenissen kwam er veel verantwoordelijkheid voor het gezin op mijn schouders.

Tijdens de puberteit werd de communicatie moeilijker. De last van een groot gezin werd voelbaar, zowel financieel als emotioneel. Er waren veel conflicten. Als oudste van het gezin heb ik vaak ‘bemiddeld’ tussen mijn ouders en mijn puberende broers en zussen. Daardoor ben ik gedeeltelijk op de plek van mijn ouders terecht gekomen. Om te kunnen bemiddelen heb ik geleerd om mezelf terug te houden. De anderen gaan voor, was mijn motto. Ik zette mijn eigen ervaring tussen haakjes. Ik heb geleerd om veel expressie te smoren.

Hoe heb je dat ‘leren dragen’ meegenomen?

De andere kant van het inwendig smoren van de expressie is dat je een erg sensitieve binnenwereld opbouwt. Ik leerde van binnen veel te doorleven, voor ik er mee naar buiten kwam. Implosie heet het binnen Gestalt, een ontploffing naar binnen. Wat er buiten je gebeurt neem je in je op en je laat het in je binnenste ontploffen. Het lijkt een beetje op wat sjamanen doen: de ziektes van buiten nemen ze op in hun eigen lijf om het vervolgens via zweet, bloed en tranen te transformeren. Hieruit is de kwaliteit ontstaan, dat ik van binnenuit veel heb leren doorleven. Voor mij is het belangrijk dat wat je zegt doorleefd is, alles dient via het lijf te gaan. Hierin ben ik ook zeer verbonden met mijn vader. Mijn vader is een boer in hart en nieren; hij is nu 75 en heeft nog 9 koeien. Theorieën zijn aan hem niet besteed, bij abstracte discussies schudt hij alleen maar zijn hoofd. Van hem moet je dicht bij de grond blijven. Ik denk dat het niet voor niets is dat ik het boek over spiritualiteit dat ik geschreven heb de ondertitel gaf: ‘met beide voeten op de grond’. Het bloed kruipt waar het niet gaan kan; dat ik boerenzoon ben, kleurt ook mijn spiritualiteit.

Wat wilde je vroeger worden?

Ik heb nooit bewust gewenst dat ik priester werd, maar ergens zit dat wel in mij. Achteraan in de schuur speelden we vaak ‘mis’ met de misboekjes die we in de kerk gestolen hadden. Ontroerend zondig vind ik het nu. We verstopten de misboekjes onder een baal hooi. Toen mijn moeder ze vond, was ze erg ontzet en moesten we meteen gaan biechten. Gelukkig had ik toen al een sterk ontwikkeld gevoel voor taal. Ik weet niet meer wat ik precies gebiecht heb, maar ik herinner me nog wel dat ik dacht: ik zal het elegant formuleren. Van huis uit ben ik ondergedompeld geweest in de katholieke traditie. Rond mijn 12e jaar wist ik dat ik homoseksueel was. Deze seksuele voorkeur stond haaks op de Roomse traditie en ik nam het besluit om dit geheim mee te nemen in mijn graf. De traditie ging dus voor. Toen ik twintig was, ging ik naar het seminarie om priester te worden. Echter, tijdens een retraite in Assisi was ik zo onder de indruk van de schoonheid van enkele Italiaanse mannen en accepteerde ik voor het eerst dat ik niet van mijn homoseksuele gevoelens af zou komen. Terug in België heb ik het seminarie verlaten en ben ik in Leuven theologie gaan studeren. In mijn studententijd heeft mijn coming-out als homo verder gestalte gekregen.

Wat ben je na je opleiding gaan doen?

Na mijn opleiding theologie ben ik godsdienstleraar geworden op een katholieke school. Ik nam de plek in van een vrouw die samenwoonde met een vriendin. Naar mijn gevoel kwam ik ‘in het hol van de leeuw’ terecht. Ik heb er meer dan twintig jaar met liefde en passie gewerkt. Toen ik er enkele jaren werkte en mijn seksuele voorkeur angstvallig verborgen hield, kwam ik op een homofuif een oud-leerling tegen. Deze jongen was nog maar een paar jaar afgestudeerd.

Achteloos zei hij tegen me: ‘oh, meneer, in mijn tijd wist iedereen dat u homoseksueel was.’ Ik was werkelijk verbijsterd; ik dacht dat ik mijn geheim goed verborgen had weten te houden. Kort daarna ben ik ook op school open over mijn homoseksualiteit gaan praten. Aan de omgang met leerlingen van technische richtingen in het beroepsonderwijs heb ik veel plezier beleefd. Ze hebben hun hart op de tong, je weet meteen wat je aan hen hebt. Ze hebben niet het vermogen om zich te verstoppen achter intellectuele concepten. Daar kan ik nog wel eens heimwee naar hebben, naar de band die ik opbouwde met moeilijke jongeren. Het duurde soms lang voor je hun vertrouwen kreeg, maar als je hen eenmaal gewonnen had, gingen ze voor je door een vuur. Dat was hartverwarmend, het gaf veel voldoening. In 1990 begon ik een Gestaltopleiding. Dit heeft mijn manier van lesgeven erg beïnvloed. Ik kreeg er instrumenten in handen om mij meer af te stemmen op de leefwereld van jongeren.

De Gestaltopleiding maakte dat niet zozeer de inhoud op de voorgrond kwam in mijn lessen, maar de ontmoeting. De actualiteit, vragen over relaties en seks, conflicten en geweld kwamen aan bod. Ik hield van de klasgesprekken. Daardoor heb ik het vak godsdienst steeds als fascinerend ervaren. De Grote Zinvragen van het bestaan lichten op in hoe jonge mensen worstelen met hun ouders, met hun lief, met hun leerkrachten, met hun eenzaamheid en hun lijf.

Hoe droeg die Gestaltopleiding bij aan het op de voorgrond plaatsen van de ontmoeting?

Eén van mijn leraren was Daan van Baalen. Voor zijn Gestaltopleiding had hij gewerkt als arts. Ik herinner me nog hoe hij de veldtheorie van Lewin uitlegde. Hij gebruikte het beeld van een magneet en een stuk ijzer. Er tussen in een magnetisch veld. Er bestaat een plek zo zei hij, waar de spanning in het veld het sterkst voelbaar is, het optimum noemde hij het. Die plek krijg je als je de magneet en het ijzer op de juiste afstand tegenover elkaar houdt. Zo’n spanningsveld dien je op te zoeken in het begeleiden van mensen, dat was zijn boodschap. Ik vond zijn helderheid heerlijk. Hij was een goede leraar. Zijn concepten waren uitgepuurd, zijn interventies sprankelend. Ik voelde me door hem gezien. Na de sessies bejegende hij me met veel nieuwsgierigheid. Ik gaf toen al workshops voor homoseksuele mannen. Op een avond kwam hij naar me toe en zei: ik weet niets van homoseksuele mannen, maar ik ben erg benieuwd hoe je ermee werkt. Komende uit een boerengezin

waar niet gediscussieerd werd, vond ik zijn nieuwsgierige houding uitdagend en helend voor me. Het was alsof een wereld voor me open ging.

Heb je nog andere leermomenten gehad?

Na mijn coming-out ervoer ik in het homomilieu een tekort. Ik vond er geen zielsplek; geen plek waar ik met mijn hart tevoorschijn kon komen. Ik was er een tijdlang erg kwaad over. Die woede heb ik gebruikt; ik dacht: als ik geen plek vind, dan maak ik er één. In 1991 heb ik mijn eerste workshop voor homoseksuele mannen georganiseerd. Tot de dag van vandaag doe ik dit werk in België; thema’s als seksualiteit, tederheid, spiritualiteit, massage en aanraking vond plaats. In San Francisco volgde ik ooit een veertiendaagse workshop voor homoseksuele mannen. De cursus ging door in een erg uitgestrekt en ongerept natuurgebied. Met een beetje verbeelding kon je achter de hoge sequoia’s de oude indianen nog tevoorschijn zien springen. Het thema van de workshop was ‘Healing the wounded healer. Er waren meer dan zestig deelnemers. Het was voor mij een helende ervaring. Ik voelde me voor het eerst welkom geheten als homoseksuele man. Tranen van ontroering waren de ganse tijd bij me, in mijn lijf jubelde het: ik heb een plek, ik heb een plek.

Hoe reageerden jouw ouders op je coming out?

Ik heb er lang tegen opgezien om het aan mijn ouders te vertellen. Op een dag belde ik mijn ouders en zegde dat ik bij hen langs ging komen om iets belangrijks te vertellen. Dit bracht mijn moeder ertoe om de blijde verwachting ‘Herman heeft een lief’ door de familie te laten gonzen. Nadat ik het had verteld, reageerde mijn moeder met: “Ik heb je negen maanden onder mijn hart gedragen en dit verandert er niets aan.’ Mijn vader had minder woorden – zo ken ik hem - , maar hij zei wel: ‘Je blijft één van ons.’ Vervolgens ging hij de koeien melken. Ik was helemaal overstuur, ik had alles verwacht, maar niet de vanzelfsprekendheid waarmee ze erop reageerden. Mijn ouders hebben geweldig gereageerd. Achteraf dacht ik: “heb ik mij hierom zo druk gemaakt?”

Je bent ernstig ziek geweest. Wil je iets over dit ziekteproces vertellen?

In 2006 heb ik een aandoening aan mijn pancreas gehad. Als gevolg hiervan heb ik enkele weken in coma gelegen. Toen ik uit coma kwam, was één van mijn eerste gedachten ‘ik wil nog een boek schrijven’. Na een hele hete zomer met regelmatig verblijf in het ziekenhuis met hoge koorts, begon het in augustus te regenen, een hete maand lang. In deze regentijd ben ik begonnen met mijn boek. Mijn arts raadde me ook aan de laptop mee naar de kliniek te nemen en daar heb ik het gedeelte over seksualiteit geschreven met het gereutel van stervenden op de achtergrond. Sensueel hé... Wat me van deze meest afschuwelijke periode uit mijn leven tot nu toe het meest bijblijft, is hoe ik gedragen werd. Ik heb zoveel bedding ervaren: van familie, vrienden, collega’s, cursisten en cliënten. Een vriendin grapte na afloop: als je nog eens een populariteitspoll doet, doe het met iets minder

lijden graag. Brieven vol liefde, kaarten met een knipoog, kaarsen, tekeningen... Johan, mijn partner, heeft me werkelijk door deze periode heen gesleept. Met wat voor een kracht waarmee hij voor me gevochten heeft ontroert me nog steeds.

Deze Vuurvogel gaat over de waarden waar je voor staat. Waar sta jij voor? Waar sta je voor?

Als ik wat waardevol voor me is op een rijtje zet, ontstaat het volgende rijtje:

- **Vreugde, lichtheid, humor** zijn voor mij essentieel. Soms denk ik wel eens: ik ben ‘gedoemd om gelukkig te zijn’. Misschien komt het omdat ik op het platteland ben opgegroeid en omdat spelen zoveel ruimte kreeg in de eerste jaren van mijn leven. Bovendien heb ik langs moederskant talent voor expressie en toneel geërfd.
- **Diepte.** Ik wil zo graag de onderste steen boven halen. Dat heb ik van huis uit meegekregen, vooral langs moeders kant. Als kind was ik al gefascineerd door verhalen en mythen, als jongere erg benieuwd naar de theologie, de moeder de moeder van alle wetenschappen. Ook psychologie heeft me vanaf mijn vroege puberteit geboeid; ik ben nieuwsgierig naar mensen, naar hoe ze in elkaar zitten. Hoe ziet dat er uit, mens-zijn, hoe gaat dat?
- **Schoonheid.** Socrates moet ooit beweerd hebben dat een mens alleen maar kan leren in een omgeving van schoonheid. Ik heb het me vaak afgevraagd toen ik zelf in het onderwijs stond, in saaie lokalen: waar is de schoonheid gebleven? In het werken binnen Phoenix apprecieer ik enorm dat schoonheid er zo’n belangrijke plek heeft: in de poëzie, in de manier waarop de ruimtes ingericht zijn, in de zorg voor taal, de manier waarop de ruimtes ingericht zijn...
- **Gezond boerenverstand,** of wat ik ‘waarheid’ noem. Dingen moeten doorleefd worden of ze hebben geen betekenis. Dat heb ik geleerd van mijn vader: de no-nonsense-mentaliteit die zo typisch is voor landbouwers. Mijn vader is een boer in hart en nieren. Hij staat voor wie hij is, het is een staan dat nog het meest lijkt op het geworteld zijn van een oude eik. De verbinding met de aarde heb ik van mijn vader geërfd.
- **Homoseksualiteit.** Ik ben gefascineerd door mannen. Hier zit ook veel donkerte, duisternis, onzichtbaarheid en schaamte. Al vroeg besepte ik dat ik hier iets wilde betekenen.

In je boek heb je het regelmatig diepgaand over de ziel. Wat versta je onder de ‘ziel’?

De ziel is niet te omschrijven. Als ik zoek naar woorden zeg ik: de ziel is niet, de ziel gebeurt. Ziel krijg je nooit rechtstreeks te zien. Het is geen ding, maar een proces. Ooit kwam in me op: de ziel is kind van twee werelden, ze laat zich vallen in de tijd maar blijft een engel van de eeuwigheid. De eeuwigheid krijgen we nooit puur te ervaren, af en toe krijgen we er een flard van in handen. Ik ervaar de ziel vooral als de harteklop in mijn leven. Als ik schrijf bijvoorbeeld, voel ik: dit is wat ik werkelijk wil doen. Of als ik workshops geef.

Als ik tè hard werk, hoor ik tijdens slapeloze nachten iets roepen: zo moet het niet. Ik denk dat ik daarin een zielsecho te horen krijg. Ik vond ooit een prachtige metafoor voor de ziel: de basso continuo van een mensenleven. De bas op de achtergrond van ons leven.

Wibe verwijst vaak naar een oude chassidische wijsheid: ‘De geest inspireert, het hart focust, en de ziel verbindt.’ Telkens ben ik geneigd om er de buik tussen te schuiven en te zeggen: De geest inspireert, het hart focust, de buik weet en de ziel verbindt. Dan lijkt me het plaatje compleet. De ziel verbindt hart, hoofd en buik. De ziel verbindt, maar achter de schermen. Ik kom er nooit helemaal achter hoe dit gebeurt en ik hoop dat dit zo blijft. Je vindt er alleen sporen van, zoals van een wild dier in een bos.

Je hebt heftige gebeurtenissen meegemaakt. Wat doe je als het leven even stokt?

Eén van de manieren om mezelf te ondersteunen is een boek van Thomas Moore vastpakken. Hij is voor mij als een thuishaven; zijn taal brengt mij tot rust. Wat mij bij hem aanspreekt is het gevoel voor schoonheid. Hij heeft oog voor verbeelding, ritueel, symboliek. Ook muziek is voedend en inspirerend voor mij: Monteverdi bijvoorbeeld, cantates van Bach, Tracey Chapman, Jacques Brel... .

Of urenlang wandelen op de Kalmthoutse heide. En natuurlijk ook gedichten.

Eén van mijn lievelingsdichters is Rainer Maria Rilke. Ik vertaalde en bewerkte ooit een beroemd gedicht van hem:

*Ik leef mijn leven
in steeds groter wordende kringen
die uitdijen over de oceaan.
Allicht zal ik nooit de kusten bereiken,
al blijf ik ernaar verlangen.*

*Ik cirkel rond een geheim,
rond de oude toren
en ik cirkel reeds
duizenden jaren lang
en nog altijd weet ik niet:
ben ik een valk,
een storm
of een eindeloos lied?*

Wat heeft het schrijven van het boek je gebracht?

Ik heb gemerkt dat ik mensen kan raken met taal, gedichten en poëzie. Door de vele reacties die ik er op krijg kom ik dicht bij mijn essentie: ik wil mensen raken met schoonheid. Ik vind het een kwaliteit om schoonheid te vangen in taal.

Welke opleidingen/workshops verzorg je bij Phoenix?

Ik verzorg de driejarige opleiding, de vervolgopleiding professionele begeleiding, een workshop voor homoseksuele mannen en een workshop rouwverwerking. Rouw en

rouwverwerking was vroeger één van mijn lievelingsthema's op school. Naast de weerstand ontwaarde ik bij jonge mensen ook een honger, een hunkering om erover te praten. Met het ouder worden en het steeds meer in mijn lijf zakken merk ik dat de dood meer angst oproept dan vroeger. Het leven op deze kwetsbare aarde wordt mij steeds kostbaarder. Geliefden ook. En bovendien wil ik nog zoveel doen.

Welke twee boeken in 2008 hebben indruk op je gemaakt?

- ‘De kabbalist’ van Geert Kimpen. Deze roman vertelt over leerling zijn. Een leerling volgt verschillende goeroes, maar wordt door allerlei dramatische omstandigheden verplicht om naar zichzelf te leren luisteren en op zijn eigen benen te gaan staan. Voor mij is het een boek over incarneren: leerling worden van het leven zelf.

- Een ander boek dat me erg geraakt heeft is ‘Onder mannen’ van Catherine Vuylsteke. Het is prachtig geschreven, het zijn verhalen van homoseksuele Marokkaanse mannen. Het zijn verhalen over onderdrukking, wanhoop en schaduw. Tijdens het lezen vonkte mijn razernij verschillende keren op. Hier kun je aan den lijve de trilling ervaren, hoe homoseksualiteit naar de wereld van duisternis verbannen werd. Ik ervaar het ook wanneer paus Benedictus onlangs verkondigde dat de betekenis van homoseksualiteit voor de wereld vergelijkbaar is met de vernietiging van het regenwoud. Homoseksualiteit wordt als gif gekaderd... Een bijzonder giftige metafoor, vind ik het. Ik ben dan geneigd om mijn tong naar de paus uit te steken en te roepen: al wat je zegt ben je zelf!

Behoren tot een minderheid betekent dat er veel oordelen van de meerderheid op je geprojecteerd worden: bijvoorbeeld over wat mannelijk en vrouwelijk is, of normen over wat te seksueel is, of te extravagant of te extreem. Die oordelen dringen als pijlen in je lijf en verwonden je.

De gedachte dat mannen die met mannen vrijen in vele oude culturen een eigen plek hadden, met een eigen status en een eigen taak, vind ik een troostend antidotum. Het waren vaak bemiddelaars, sjamanen die een brug vormden tussen het mannelijke en het vrouwelijke.

Het is zoals met de pauw: die pikt gif op en maakt hieruit de kleuren voor zijn staart.

De wonde wordt een wonder.

*Je weet evengoed als ik
dat we deze reis niet alleen op de
wegen afleggen,
maar allereerst diep in onszelf.*

Mirjam van Magdala aan Pilatus, II/219

EEN GIAAF MENS

Bas van den Berg

Wat is van waarde geworden in mijn leven? Als ik terugkijkt ontwaar ik een aantal cruciale momenten. Momenten waarop mijn bestaan een andere wending nam. Kruispunten zijn het, situaties die vroegen om een existentieel antwoord. Antwoorden die op hun beurt een lange doorwerking kregen in mijn bestaan, en die ook die waarden naar boven brachten waaruit ik nu leef.

Eén situatie die een spoor door mijn leven trekt, is mijn beslissing om theologie te gaan studeren. En dat terwijl ik eerst beslist de agrarische wereld in wilde zoals mijn vader. In zijn voetsporen zou ik ondernemer worden. In die intuïtief genomen beslissing wist ik toen niet goed waarom ik uit Wageningen wegging en naar Utrecht trok. Daar kwam ik pas zo'n zes jaar geleden achter, toen ik bij Wibe de systemisch - werkenopleiding volgde. Toen heb ik ervaren hoe de roep om het leven te dienen door de generaties vòòr mij geklonken had, en weerklank vond in mijn ziel. Ik kwam uit een familie met een groot verdriet, en dat verdriet werd zonder woorden overgedragen op mijn generatie. Ik kreeg het stilletjes op mijn schouders gelegd. Zo ontdekte ik de waarde van de loyaliteit.

Een tweede cruciale periode in mijn bestaan was de tijd nadat mijn oudste broer afscheid nam van het leven, na een lange, zeer intensieve strijd van 20 jaar om de wereld te veranderen. Dat afscheid overviel ons allemaal heel abrupt en het heeft lange tijd geduurd voordat ik zijn nee tegen het leven een plek kon geven in mijn bestaan. Ook dat moment lichtte op in de bovengenoemde training, en ik ontdekte de waarde van de plaatsvervanging.

Een derde kruispunt tekende zich af in dezelfde tijd als het overlijden van mijn broer. Zou ik vooral de wetenschap ingaan of zou ik, oog in oog met jonge mensen, de ‘geleefde spiritualiteit’ ruimte willen geven, door verhalen te (laten) vertellen en te gaan spelen met religieuze verhalen. Toen klonk de waarde van het verlangen.

Op die laatste roep heb ik ja gezegd en ik ben begonnen als een jonge leraar godsdienst op een kleuterkerkschool

in Vlaardingen. Ik ging bij jonge meiden achterin de klas zitten en luisterde naar de verhalen die ze vertelden aan de kinderen. En op de opleiding liet ik hen ontdekken hoe je hetzelfde verhaal veel spannender en minder moralistisch kon vertellen. Dan zou het ook veel aansprekender worden voor henzelf. In diezelfde jaren is mijn levenslange verbondenheid begonnen om te spelen met religieuze verhalen. Omdat ik intuïtief aanvoelde dat je de dynamiek van religiositeit alleen kunt ervaren als jij je echt inlaat met een verhaal, met hart en ziel, en dan via een rol, samen met anderen een verhaal als nieuw ontdekt. Zo is mijn bibliodrama praktijk begonnen, en die loopt tot de dag van vandaag door.

Waar haalde ik in ieder van de drie aangeduide situaties de kracht vandaan om tot een existentieel antwoord te komen? Ik denk omdat in al die jaren een aantal mensen mijn levenspad hebben gekruist die met hún verhalen, hún vragen, hún levenswijze mij uitdaagden mijn eigen antwoord te vinden.

Twee voorbeelden wil ik geven van mensen die richting hebben gegeven aan mijn weg.

Als jonge student waren mijn jaargenoten en ik in de gelegenheid om colleges te volgen aan de katholieke zusterfaculteit. Daar doceerde een man, Theo Zweerman. hij gaf filosofie, of beter gezegd, hij filosofeerde met ons. Hij nam ons mee in het denken van Spinoza alsof we met Spinoza samen zijn Ethica bedachten. En hij leidde ons in in het denken van Emmanuel Levinas (en dat in 1972!!).

Deze man was Franciscan, en wat me het meest bijgebleven is van hem is niet zijn eruditie, maar zijn fijnbesnaarde levenskunst, zijn vermogen om het

leven in de ogen te zien en niet weg te lopen voor wat zich aandienende. De franciscaanse spiritualiteit leerde ik via hem kennen. Theo Zweerman was een integer mens, iemand waar de binnen en de buitenkant klopte. Van hem leerde ik de waarde van de heelheid.

In dezelfde jaren maakte ik ook kennis met de eerste rabbijn die op een Europese christelijke universiteit les mocht geven, Yehuda Aschkenasy. Zijn lessen waren adembenemend, chaotisch, ze gaven je altijd veel te denken. Het geheim lag daarin dat hij ons iedere les het gevoel gaf ons nodig te hebben. Zonder onze aanwezigheid en actieve dialoog kon hij geen les geven.

Uit zijn traditie leerde ik dat het doel van een joods religieuze opvoeding, van het levenslange joodse ‘leren’ is om een gaver mens te worden. Van hem leerde ik de passie voor de gaafheid van het leven.

In mijn leven zijn deze vijf genoemde waarden uiteindelijk mijn waarheid geworden (waarheid in de zin van waar-laten-worden). Ik heb gaandeweg ontdekt hoe ik door met mijn leven te antwoorden op een oproep van buiten (van een ander) meer levend word. En dat ik er zeer veel voor over heb om meer en meer uit één stuk te leven, van binnenuit. Een gaaf mens worden, dat is mijn bestemming.



Bas van den Berg (ontwerper en uitvoerder van programma's over levensbeschouwelijke thema's)

DE BETEKENIS VAN ‘INTERNAL ALIGNMENT’

Gé Ophelders

Yoga en meditatie hebben, naast bijvoorbeeld NLP en TA, definitief hun plaats verworven in de westerse samenleving. Een citaat in het tijdschrift Elsevier lijkt dat te bevestigen: “Niemand schaamt zich meer voor het volgen van een yogales.” Meditatie in het bedrijfsleven wordt steeds populairder. Ook yoga en meditatie kunnen je helpen bij je ontwikkeling op fysiek, mentaal, emotioneel en spiritueel gebied.

Het begrip ‘alignment’

Het begrip alignment (een Vedantisch (1) concept) in yoga en meditatie kan het best omschreven worden als dat alle elementen ten opzichte van elkaar op de juiste manier gerangschikt zijn. In deze zin heeft alignment betrekking op het fysieke aspect, zodat je kunt zeggen: de knieën staan ten opzichte van elkaar of ten opzichte van een ander lichaamsdeel in de juiste positie. Als je niet in alignment bent dan ben je als gevolg van het dragen van zware lasten of van emotionele gebeurtenissen wat meer gebogen gaan staan, waardoor je adem minder gemakkelijk kan doorstromen en je bijvoorbeeld angstig kunt worden. De ‘ideale’ houding is dus een lichaam dat ‘in het lood staat’ van de kruin tot aan de voeten. Het lichaam staat dan in balans, zodat de zwaartekracht gelijk verdeeld is over het hele lichaam. Je werpt geen fysieke blokkades op, waardoor minimale slijtage optreedt en de energie gemakkelijker doorstroomt. De kans op een gezond lichaam is dan het grootst.

‘Internal alignment’ met de ‘knower’ Het concept, ‘internal alignment’, kan op basis van het bovenstaande omschreven worden, als het ‘in het lood staan’ van de innerlijke mens. NLP kent de driedeling denken, voelen en handelen en het belang van afstemming hiertussen voor het verkrijgen van meer inzicht in bijvoorbeeld terugkerende relatie- en communicatiepatronen. In TA worden daartoe de drie egotoestanden onderscheiden. Het concept voegt hier de ‘knower’ aan toe. Knowing is ‘het weten vanuit de diepste kern van je zijn’, het is dat gedeelte dat verbonden is met je intuïtie. Iedereen kent wel het gevoel wanneer hij ’s ochtends wakker wordt en de knower zich had

voorgenomen om vroeg op te staan om te gaan wandelen, maar de doener de wekker uitzet, zodat je weer wegdoezelt. Een vrij onschuldig voorbeeld van een disbalans in je alignment. Leven in een leugen heeft al kwalijker gevolgen voor jezelf en de ander. Een conflict in je alignment leidt bijna altijd tot een negatief gevoel: boos, slachtoffer, onrust, apathie, hebzucht e.d. In de serie de ‘tien geboden’ in Trouw (17–01–2009) antwoordt Peter Faber op het 8e gebod ‘Gij zult tegen uw naaste niet vals getuigen’, als volgt: “Als je niet bent verbonden met wat je doet, dan ben je nep. Dan ben je gevangen door een gedachte, een idee, een bedoeling, een mening, een opvatting. Dat leidt altijd tot troebelheid, verstikking, leugens.” Met andere woorden: je bent innerlijk niet in alignment. Je staat dan niet voor wat je bent, je bent niet voor de volle 100% authentiek. Gandhi was onder meer zo succesvol, omdat hij zijn hele leven streefde naar het op elkaar betrekken van de 4 aspecten. Hij begreep dat je niet kunt praten over vrede, als je ‘geweld’ in je hart hebt. De knower is dat deel dat in diep contact staat met de al aanwezige waarheid en wijsheid in jezelf, jij hebt het ‘slechts’(!) te doorleven en te zijn, en de saboteurs (“Och zo erg is het niet.”) te ontmaskeren en de deur uit te doen. Niet dat dat gemakkelijk is, maar wie heeft gezegd dat leven gemakkelijk is?

Zoektocht

De zoektocht naar jezelf gebeurt vanuit de knower. Je kunt met dit deel contact maken door de stilte in jezelf op te zoeken. De natuur, meditatie, maar ook ‘het stille midden’ in het systemisch werk zijn hier prachtige gelegenheden voor. De knower bepaalt de manier hoe je naar het leven

kijkt en dus de uitstraling van waar je voor staat. Die manier van staan bepaalt ook weer wat je ontvangt. Hoe meer contact je met de knower hebt, hoe sterker hij wordt ... en het goede nieuws is, je kunt hem op elk moment en op elke plaats gratis consulteren.

(1) Veda kent de wortel vid dat ‘weten’ betekent. De Vedanta vormt een deel van de oudste en heiligste literaire teksten en religieuze werken van de oude Indische Wijzen. Het gaat vooral om ‘goddelijke kennis’.



Mijn dochter is want ik ben,

Mijn dochter is en ik want mijn moeder was,

Mijn dochter is ik en mijn moeder want mijn grootmoeder was,

Mijn dochter is ik mijn moeder en mijn grootmoeder want mijn overgrootmoeder was,

Mijn dochter is ik mijn moeder mijn grootmoeder en mijn overgrootmoeder want mijn bet-overgrootmoeder was.

bet bedding want de Oermoeder was en baarde mijn dochter.

Lidy van den Berg-Jacobs

Interview met Niels Korthals Altes

Manon Miessen

Biologisch beleg op onze broodjes, licht uit waar dat kan, reizen met de trein: bij Phoenix proberen we het milieu zo min mogelijk te belasten. Sinds vorig jaar gaan we nog een stapje verder en zijn we zelfs ‘klimaatneutraal’ geworden. De CO2 die vrijkomt doordat onze panden moeten worden verwarmd en onze cursisten naar Utrecht moeten reizen, wordt gecompenseerd met investeringen in groene projecten en de aanplant van bomen. Het besef dat we zorg willen dragen voor de wereld waarin we leven, vormt voor Phoenix een belangrijke leidraad voor de keuzes die we maken binnen ons instituut. ‘Klimaatneutraal ondernemen’ past ons dus als een handschoen.

Het bedrijf dat in Nederland klimaat-neutraal ondernemen op de kaart heeft gezet, en ook de CO2-compensering voor Phoenix verzorgt, is de Climate Neutral Group (CNG). Zij zijn ook de bedenkers van Greenseat, waarbij iedereen die vliegt de mogelijkheid heeft om de CO2-uitstoot van zijn vliegreis te compenseren. Een van de mensen achter al deze ideeën is Niels Korthals Altes. Wie is deze man en wat maakt dat hij zijn energie is gaan steken in de strijd tegen CO2-uitstoot? Waar staat hij voor?

Je komt uit het bedrijfsleven, hebt jarenlang bij Unilever gewerkt. Wat maakt dat jij je bent gaan inzetten voor het klimaat?

In mijn leven zijn er vele zaadjes geplant die er uiteindelijk toe hebben geleid dat ik het idee rond GreenSeat ben gaan ontwikkelen. In de jaren dat ik in Kuala Lumpur en Singapore woonde, zag ik het regenwoud gewoon verdwijnen. Dat maakte mij bewust van wat er met onze planeet aan de hand is. Een ander zaadje was een leiderschapstraining die ik ooit heb gedaan bij Tanno Bregonje. Die training heeft me geholpen om naar boven te halen wat ik echt wilde: iets nuttigs doen met de kennis en de ervaring die ik had. Ik wilde graag iets anders dan alleen maar geld verdienen. Zo ben ik



Een lening op de toekomst

viereneenhalf jaar geleden begonnen met het ontwikkelen van Greenseat. Mijn plan was om mensen bewust te maken van hoe vervuילend hun vliegreis is en ze samen met het Wereld Natuur Fonds de mogelijkheid te bieden om daar iets aan te doen. Maar de vliegmaatschappijen wilden dat toen nog niet.

Het lijkt me ook een lastige boodschap voor een luchtvaartmaatschappij. Gewoon een lekker onbezorgde vliegreis verkopen is simpeler. Dat is inderdaad de lijn die zij vaak nog volgen. Maar ondertussen leiden ze een bedrijf waar ook mensen werken: vaders, moeders, opa’s en oma’s. Van die mensen vraag je dat ze een splitsing aanbrengen in wie ze zijn en wat ze doen. Want dat een manager een afdeling leidt, is één ding. Maar hij is ook vader en laat aan zijn kinderen een verpeste planeet na waaraan hij een actieve bijdrage heeft geleverd. Die splitsing, dat lijkt mij geen authentiek gedrag. Je vindt het al terug in hoe een bedrijf is opgezet. Veel bedrijven hebben een Naamloze Vennootschap, dat wil zeggen dat ze slechts beperkte aansprakelijkheid accepteren voor wat ze doen. En dat zie je terug in het moreel of ethisch handelen van het management, of liever gezegd in het ontbreken daarvan. Ze voelen geen verantwoordelijkheid voor dit probleem, terwijl het zo makkelijk anders kan. Vergelijk het met ons huishoudelijk afval. Vroeger werd dat in een open goot op straat gedumpt. Toen er dichte riolen kwamen, gingen we afvalstoffenheffing betalen. Dat vonden we logisch. Voor CO2 geldt hetzelfde principe: wat is nou logischer dan dat

ook hier de vervuiler betaalt? Maar omdat we CO2 niet kunnen zien, voelen we ons er ook niet verantwoordelijk voor.

Wat waren nog meer ‘zaadjes’ in jouw leven?

Ik heb veel gelezen, van boeken over zelfontwikkeling tot kwantumfysica tot natuurkunde. Zo probeer ik mezelf te verrijken. Omdat mensen ertoe doen van Jurriaan Kamp was een van de eerste boeken op dit gebied, Mens - de kunst van het geluk van Erik Bartels een van de laatste. Beide boeken hebben indruk op me gemaakt. Daarnaast is het inzicht dat het er in het leven niet om gaat dat je steeds meer bezit verwerft, een belangrijke eye-opener voor me geweest. “Zó word ik niet gelukkig,” dat inzicht is gekomen met het ouder worden. Ik had een goed salaris bij Unilever en ook qua carrièrekansen stond ik er goed voor. Maar ik begon me te realiseren dat andere dingen belangrijk zijn in het leven. Ik kijk met bewondering naar veel jonge mensen die nog op de universiteit zitten en dat besef nu al hebben.

Zie je dat als een teken dat we als mensheid vooruit gaan?

Ach, ook in de jaren zestig was er een jongerenbeweging die dit voorstond. Misschien is het van alle tijden. Wat me verontrust is dat de mensen die toen jong waren, zich nu amper roeren. Terwijl ze inmiddels toch ook kleinkinderen hebben. Staan ze er ooit bij stil dat we een lening op de aarde nemen die we afschuiven op onze kinderen en kleinkinderen? Zij zijn de generatie die nu aan de macht is. Iemand als Al Gore doet een hoop, maar

wat bijvoorbeeld bij de G8 gebeurt vind ik zo teleurstellend. Acht mensen die allemaal de wereld kunnen veranderen zitten samen om een tafel en ze doen niks, terwijl ze precies weten wat er aan de hand is.

Wat zit daar dan achter?
Gebrek aan leiderschap, ingegeven door economische belangen. Maar de vraag is of het nastreven van economische groei gelukkig maakt. De econoom Nicolas Stern zegt dat de kosten van de klimaatverandering uiteindelijk vele malen groter zullen zijn als we er nu niets aan doen. Neem bijvoorbeeld de bossen, die CO2 kunnen opnemen, water vasthouden en zuiveren, zorgen voor biodiversiteit - nuttig voor het maken van medicijnen -, zorgen voor productie-materialen als hout en zorgen voor toerisme. Zo bezien is de waarde van een bos vele malen groter dan de opbrengst van houtkap of landbouw die ervoor in de plaats komt. We moeten echt toe naar een kanteling, naar het inzicht dat duurzaam kapitalisme, of een duurzaam bedrijf, beter is dan een niet-duurzaam bedrijf. Verspillen is gewoon niet slim. We zijn toe aan een nieuw paradigma. Het milieuprobleem is zo groot, is het

niet juist een taak van de overheid om hiervoor initiatieven te ontwikkelen?

Waarom ben je eigenlijk een eigen bedrijf begonnen?
Tja, waarom ben ik een eigen bedrijf begonnen? Ik zou zeggen: waarom niet? Waarom zou je als bedrijf alleen maar slechte dingen doen? De essentie zit hem er voor mij juist in dat we de wereld veranderen binnen het geldende systeem. Ik wil graag aantonen dat het kán, dat het mogelijk is om een maatschappelijke bijdrage te leveren én economisch rendement te behalen. Het maatschappelijke rendement heeft bij ons de overhand, maar ik hoop dat het economische rendement ook ooit zal volgen.

Wanneer is het doel bereikt?
Op het allerhoogste niveau betekent dat voor CNG dat de economie klimaat-neutraal is, dat wil zeggen dat de hoeveelheid CO2-uitstoot gelijk blijft of afneemt. Dat is een heel groot doel, misschien wel te groot. Op wereldniveau kunnen wij daar slechts voor een fractie aan bijdragen. Waar we verder een belangrijke rol in willen spelen, is mensen bewust maken van de bijdrage die ze leveren aan de vervuiling. Daarnaast

moeten de kosten van CO2 doorgerekend gaan worden in producten en diensten, zodat bedrijven er rekening mee gaan houden in het maken van nieuw beleid. Voor GreenSeat is het doel: iedereen op een groene (vliegtuig)stoel. Weet je, sociaal ondernemerschap zou gewoon het enige ondernemerschap moeten zijn. Niet-duurzaam ondernemen is per definitie een eindig model, want onze wereld is óók eindig. Het gekke is: zelfs onze politici hebben geen alternatief voor economische groei, ze kennen simpelweg geen ander denkmodel.

Ken je het verhaal van de wijze man die aan de keizer als loon graan vroeg, te beginnen met een korrel op het eerste vakje van het schaakbord en dan exponentieel zo verder tot aan het laatste vakje? Het geluk van de keizer was dat het schaakbord bij 64 vakjes ophield, want anders had hij al snel de graan-voorraad van de hele wereld moeten aanspreken. Je kunt niet oneindig door-groeien op een eindig bord. Of op de aarde. En dat zijn wij nu aan het doen. We groeien door, ook al kan dat eigenlijk allang niet meer. We nemen een lening op de toekomst.



Het evangelie volgens Pilatus, Eric Emanuel Schmidt

Dit is het wel bekende verhaal over Jezus' leven en dood, maar dan door de ogen van Pilatus. Anders dan zijn vrouw Claudia, die gelooft, blijft hij een intellectueel die weigert voor het geloof te zwichten. Toch is hij geraakt door de mens Jezus en is hij veranderd. Hij geeft toe dat er iets is in de geschiedenis van Jezus dat hem ontgaat. Schmidt formuleert beknopt, puntig, aantrekkelijk, af en toe poëtisch, maar niet zonder diepgang.

Waarde(n)vol leiderschap, Keshavan Nair

Het boek van Nair is al 10 jaar oud, maar zou voor alle managers een verplicht handboek moeten zijn. Nair, manager en adviseur, beschrijft onze tijd als één van dalende normen en leiderschap dat streeft naar macht en persoonlijk profijt. Dat laatste ligt voor iedereen vandaag de dag op straat. Wie op zoek is naar stappenplannen, modellen, instrumenten, schema's kan dit boek beter laten liggen. Nair laat zien wat we van Gandhi's optreden kunnen leren om een bedrijf menswaardig te leiden. Volgens Nair vormen de morele waarden: 'waarheid' (oprechtheid), 'geweldloosheid' en 'dienstbaarheid aan anderen' hogere waarden dan winst en continuïteit voor een organisatie. Deze drie waarden worden uitgewerkt in een aantal principes. Ze kunnen een bron van inspiratie betekenen voor iedereen. "Het niveau van toewijding wordt niet bepaald door hoeveel we geven, maar door hoeveel we geven van wat we hebben."

BOEKBESPREKINGEN Gé Ophelders



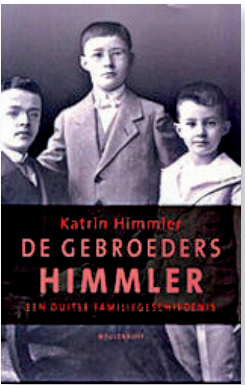
De tweeling, Tessa de Loo

Na de dood van hun ouders groeit Anna op in een primitief boers en katholiek milieu in het Teutoburgerwoud. Haar tweelingzus wordt opgenomen door een oom in Nederland die sterk socialistische sympathieën heeft. Als ze elkaar als bejaarden in een Spa's kuuroord ontmoeten, vertellen ze beurtelings elkaar hun leven. Lotte en Anna zijn te zien als symbolen voor de Nederlandse respectievelijke Duitse kijk op het verleden, een cultuur die vooral door de Tweede Wereldoorlog uit elkaar is gedreven. In ethische en morele kwesties blijken ze door hun verschillende achtergrond voortdurend te botsen, waardoor ze niet boven wantrouwen en vijandschap kunnen uitstijgen.

REGENBOOG

Op de grens van oud en nieuw
Kijk ik vriendelijk achterom
Naar wie mij vergezeld heeft
Eenzaamheid en samen zijn
Verdriet en hoop
Samen in mijn hart
Wat gezaaid was
Ongemerkt in bloei
Ontsproten vrucht
Van mijn verleden

Sybren Botma 3e jaar driejarige opleiding



De gebroeders Himmler, Katrin Himmler

Als vijftienjarige krijgt Katrin Himmler (1967) de vraag voorgelegd of zij familie was van 'dé Himmler'. Volgens de familie verhalen was Heinrich Himmler een ontaarde buitenlander in een verder humanistische familie. Maar haar onderzoek brengt aan het licht dat ook zijn broers Gebhard en Ernst al snel goede relaties hadden met de nazi-partij en profiteerden van de nieuwe verhoudingen in Duitsland. En Himmler senior was bij uitstek een autoritaire, militaristische, nationalistische, streberige en onsympathieke man. De Himmlers en ook vele andere Duitsers identificeerden zich met een aantal centrale waarden, die Duitsland in die tijd zo sterk kon maken: gehoorzaamheid, discipline, vlijt, plicht, hardheid en Deutschtum. Kritisch nadenken en intellectuele twijfel kwamen in hun woordenboek niet voor.

AAN MIJN OUDERS

Al groeiend in mijn leven
Zoek ik kracht en vervulling
Om mijn eigen weg te gaan
Door een doolhof van gedachten
Door de golven van emoties
Vele ja's, nee's en misschien
Wat kan ik hier zeker weten
Eén ding, en da's genoeg
Jullie kind te mogen heten

Waar sta je voor?

In eerste instantie begreep ik de vraag als: 'waar sta je vóór?' Wat wordt je volgende stap? Wat ga je doen om antwoord te geven op deze vraag: of het nu een innerlijke of een uiterlijke beweging betreft. Zo bezien is bij deze vraag 'waar' het object en 'je' het subject.

Bij nader inzien drong het pas tot mij door dat de vraag: 'waar sta je voor?', bedoeld was om te antwoorden op het niveau van werk en zingeving. Hier is het perspectief precies omgekeerd: 'je' is het object en 'waar' het subject – weliswaar filosofisch niet helemaal correct, maar zo zou je het onderscheid kunnen maken. Zo bezien zou de vraag ook kunnen luiden: 'waar sta je achter?'

Dit verschil in perspectief is anders te duiden met de vraag: ervaar je jezelf als schepsel, of schepper? Of: ben je doelgeleid of doelgericht? De vraag stellen, is natuurlijk hem beantwoorden. Hoe meer we in staat zijn schepsel te zijn, hoe groter onze vrijheid is te scheppen – zoveel is mij tot dusverre duidelijk geworden. Ik sta voor een poort en anderen mogen met mij mee...

Zonder dromen

Ergens ver weg hier vandaan
Is een land achter de horizon

Een land waar ze geen dromen kennen
Een land waar je nergens naar toe hoeft
Zodat je ook niet terug hoeft te komen

Het is het land van nooit en ooit
Het is het land van nimmer en altijd
Waar je niets hebt en niemand bent
Waar niets mogelijk is en alles bekend

Dat land is te bereiken via een poort
En die poort heeft een slot
De mensen weten niet dat de deur al open is...

Witte Beer
Freek Strebe



Zij is wie ik ben

Interview met Jannie Veenbaas en Kathinka Fortuin - Manon Miessen

Dit voorjaar start bij Phoenix een nieuwe workshop, getiteld Zij is wie ik ben. De naam intrigeert me en de flyer trekt meteen mijn aandacht. Ik neem het blad mee en lees dat 'in een prachtig tweedaags programma (...) de vrouw onderzoekt en ontdekt hoe haar buitenkant (haar presentatie) past bij haar binnenkant (haar zijn)'. Het moet 'een plezierige en lichtvoetige ontdekkingsreis' worden voor vrouwen. Mijn hart maakt een sprongetje. In de afgelopen jaren heb ik flink wat opleidingen bij Phoenix gedaan en ik heb een hele reis naar binnen gemaakt. Je zou misschien verwachten dat ik inmiddels onthecht ben geraakt van uiterlijke schoonheid. Niets is echter minder waar: ik vind het heerlijk om er verzorgd uit te zien en mooie kleren te dragen. Deze workshop is voor mij dus de kers op de taart. Tegelijkertijd bespeur ik ook een andere gedachte. Het ging bij Phoenix toch juist over de binnenkant? Hoe past deze workshop dan tussen de andere, zoals Succes- en faalangst en Emotioneel Lichaamswerk, om er maar een paar te noemen?

Op een winterse ochtend vraag ik het aan Jannie Veenbaas en Kathinka Fortuin, de twee begeleiders van Zij is wie ik ben.

Zij is wie ik ben klinkt als een buiten-gewoon luchtige eend in de Phoenixbijt.

Jannie: We zijn bij Phoenix zo met onze binnenkant bezig. Wat mij daarnaast interesseert is: hoe zet je dat vervolgens in de wereld neer? Wie ben jij en hoe ziet dat er aan de buitenkant uit?

Kathinka: Ik kom uit de theaterwereld en werkte ooit in een grimecursus met plattelandsvrouwen. Daar zag ik wat voor effect het op die vrouwen had om voor een keer een andere buitenkant te hebben. Als ze bijvoorbeeld als heks werden geschminkt, gingen ze lekker lelijk doen, en als ik ze mooi maakte, zag je ze groeien. Dat riep bij mij de vraag op: al jouw facetten die aan de binnenkant zitten, hoe zien die er aan de buitenkant uit? Als ik me vandaag jong voel, wil ik er van buiten zo uitzien. Als ik me morgen sterk en krachtig voel, zie ik er weer anders uit.

Het thema van deze Vuurvogel is Waar sta ik voor? Hoe heeft deze vraag voor jullie gespeeld bij het maken van deze workshop?

Jannie: Mijn persoonlijke verlangen is lange tijd geweest om steviger te worden in mijn basis en een koppeling te maken

tussen mijn binnenkant en mijn buitenkant. Hoe breng ik dat waar ik voor sta naar buiten? Ik kon zo genieten van mijn dochter, die compleet uitgedost met make-up en vele lagen kleding naar school kon gaan. Ik ging me realiseren dat ik dat wat ik van buiten laat zien, ook van binnen kan gaan voelen. Dat buiten binnen beïnvloedt was een belangrijk inzicht. Die beweging is er dus óók, naast de beweging van binnen naar buiten.

Kathinka: Ik ben – na vele reizen naar mijn innerlijke wereld – nu op een punt gekomen dat ik binnen en buiten bij elkaar ga brengen. Ik geloof dat die twee bij elkaar horen en dat de reis uiteindelijk ook altijd daar uit komt. Soms begin je eerst bij buiten en soms eerst bij binnen. In onze workshop gaat het om beide.

Het is dus niet zo oppervlakkig als je misschien zou denken.

Jannie: Nee, zeker niet. Ik word ook wel getriggerd door de vooronderstelling dat je oppervlakkig of niet spiritueel zou zijn als je er mooi uit ziet. Doordat we ons bij Phoenix zo met die binnenkant bezighouden, kan makkelijk het idee ontstaan



dat de buitenkant minder belangrijk is. Onze buitenkant is evengoed een deel van ons als de binnenkant.

Jannie: Precies. Dat besef is bij mij ontstaan in mijn vorige werk als maatschappelijk werker met ouderen. Voor hen organiseerde ik van alles, van bingomiddagen tot voorlichtingspro-

jecten en alles wat daartussen zit. De emancipatie van oudere vrouwen was daarin voor mij een rode draad. Zo waren er ook modeshows, die door de vrouwen zelf werden gelopen. Ik vond het fascinerend en prachtig om te merken wat het met deze vrouwen deed om zich zo te laten zien, om zo tevoorschijn te komen. Dat betekende veel voor deze oudere vrouwen. Het was alsof de wereld waarin ze leefden weer van hun werd.

Hoe is het idee voor deze workshop ontstaan?

Jannie: Een paar jaar geleden gaven Wibe en Mirjam Broekhuizen, samen de opleiding Professionele Begeleiding. Af en toe deed ik dan de catering op zondag. Mirjam ziet er altijd zo prachtig uit en ik hou inmiddels ook wel van mooie spullen, en het gebeurde dan geregeld dat vrouwen aan ons vroegen of we daar niet eens iets mee wilden doen. Mirjam had daar geen ruimte voor en ze heeft mij toen met Kathinka in contact gebracht.

Kathinka: Ik had als kind een droom om als ik groot was huisvrouwen van de straat te plukken, ze een dag lang mooi te maken en ze dan aan het eind van de dag weer 'opgeknapt' naar huis te laten gaan. Eigenlijk zoals je tegenwoordig die make-over programma's op televisie hebt. Ik heb me altijd verbaasd over hoe weinig aandacht er is voor onze buitenkant. Hoe mooi je binnenkant ook is, als je dat niet op de een of andere manier van buiten zichtbaar maakt, ziet niemand het.

De naam van deze workshop is Zij is wie ik ben. Waarom is dit een workshop alleen voor vrouwen?

Kathinka: Dat heeft ermee te maken dat er binnen zo'n groep een sfeer van 'vrouwen onder elkaar' kan ontstaan die ik prettig vind. Voor sommige vrouwen kan het best spannend zijn om zichzelf te laten zien en om aandacht te besteden aan de buitenkant.

Jannie: De zoektocht die we gaan maken, is ook spannend. Ik kan me voorstellen dat het een eigen dynamiek geeft om dat

alleen met vrouwen te doen. Voor een aantal vrouwen is dat veiliger, daar zou ik zelf ook behoefte aan hebben. Het geeft ons bovendien de gelegenheid om te werken met de eigenheid van het vrouwelijke. Ik kan me overigens heel goed voorstellen dat een van onze mannelijke collega's ooit een soortgelijke workshop voor mannen start. Voor hun speelt het thema 'binnen en buiten' natuurlijk ook.

De eerstvolgende workshop Zij is wie ik ben wordt gegeven op dinsdag 2 juni van 10.00-21.00 uur.

Persoonlijk leiderschap is het proces van het voor ogen houden van je visie en waarden, en je leven aanpassen om daarmee in overeenstemming te zijn.

Stephen Covey



THE FAMILY BOX: speelstukken voor tafelopstellingen

Gerrit Bruggink is de vader van een van onze cursisten. Hij is een creatief en vakkundig houtbewerker en heeft op verzoek van zijn dochter speelstukken voor tafelopstellingen ontworpen. Het betreft een beperkte, genummerde oplage.

De stukken zijn te gebruiken voor familie- en organisatieopstellingen op tafel, voor de simulaties in het strategisch coachen, enzovoort.

Een set bestaat uit 16 houten speelstukken van verschillende grootte: mannen en vrouwen.

Het opbergkistje is van essenhout met notenhouten dek en voorzien van koffersluiting.

De speelstukken zijn gemaakt uit een selectie van diverse soorten (gerecycled) hout, zoals beuken, eiken, iepen, merbau, robinia, gouden regen, libanon cedar, enzovoort. De stukken verschillen hierdoor in kleur, tekening, gewicht en uitstraling.

Elk kistje bevat plakjes loofhoutceder voor een lekkere geur.

Prijs per kistje: € 95.00

Het is nog redelijk vroeg in de ochtend en ik zit met Gé, redacteur van de Vuurvogel, in een studentencafé van de Hogeschool Arnhem Nijmegen voor een kopje koffie. De muziek schalt veel te hard en het is nog een beetje koud in de net geopende, nog vrijwel lege ruimte. Tussen ons in op tafel ligt het boekje van mijn intree-rede als lector met de titel ‘Leren Niet te Weten’. Al snel wordt de kern van Gé’s vraag duidelijk: Hoe pas je het ‘weten’ dat je onder andere bij Phoenix hebt opgedaan toe in je professionele leven? “Waar sta je voor?” Vereerd begin ik samen met hem aan een zoektocht rond deze vraag.

Er ontstaat een boeiend gesprek over onderwijsvernieuwing en de mogelijke rol van systemisch werk hierin. Persoonlijke en professionele aspecten wisselen elkaar af.

Leren niet te Weten: ‘Verbinden’ als sleutel voor leren in organisaties

Vragen, twijfels, ervaringen, oplossingen en onderliggende waarden komen langs. Zowel in zijn als in mijn leven is het systemische perspectief niet meer weg te denken. We zijn het met elkaar eens, het gaat veel verder dan het leren begeleiden van opstellingen. Het gaat om een andere manier van in het leven staan, om het aanboren van andere bronnen, om meer te ‘zijn’.

Waar sta ik voor?

Letterlijk bezien sta ik heel vaak voor groepen professionals. Als begeleider van in-company leerprogramma’s voor de Nyenrode Business Universiteit of als lector voor innovatie van leren in organisaties op de Hogeschool Arnhem Nijmegen (HAN). In feite doe ik op beide plekken vergelijkbaar werk, ook al verschilt de vorm. Ik zoek samen met mensen naar wegen om zichzelf te ontwikkelen en daardoor het leervermogen van de hele organisatie te verhogen. Niet door een voorafbedachte verandering aanpak, maar door goed te kijken naar waar in een organisatie voldoende energie zit om vanzelf beweging in gang te zetten, net als in een opstelling.

Systemisch gezien sta ik voor een hele rij vaders en grootvaders uit mijn familie

van herkomst. Vaders die vaak – om de een of andere reden – afwezig waren. Ik ben zowel Zwitser, Duits als sinds enkele jaren ook Nederlander. Mijn ouders waren kinderen tijdens de Tweede Wereldoorlog en zijn in de jaren 50 naar Zwitserland geëmigreerd. Hun grootouders kwamen uit Oostenrijk, Polen en Frankrijk.

Na de oorlog waren Duitsers nergens welkom. Ook niet in Zwitserland. Dat gold voor de eerste generatie, maar ook op een bepaalde manier nog voor mij en mijn zus, de tweede generatie emigranten. Ik voel het nog steeds in mijn lijf als ik schrijf: ‘Ik ben Zwitser van oorsprong...’ Naast de beruchte krassen op de ziel heb ik aan mijn verleden een heleboel te danken. Ik heb geleerd te zijn in een omgeving waarin je als ‘anders’ wordt gezien. Mijn ‘anders zijn’ helpt bij het waarnemen van vaste patronen, het herkennen van overeenkomsten en verschillen, en bij het voelen van spanning: “Wat wordt hier als normaal gezien?” “Waar gaat het hier echt om?” “Om welke hete brei wordt hier heen gedraaid?”

Ontwikkelen is in die zin voor mij het ont-wikkelen van ingewikkelde patronen. Leren is dus vaak eerder af-leren dan nieuw leren. Het integreren van onzekerheid is hierbij van groot belang. Ik heb



angst leren zien als toegangspoort tot wijsheid. Ik kom zo veel angst tegen in organisaties; er is dus zo veel potentie. Het thema verbinden gaat als een rode draad door mijn leven.

Niet voor niets raakt het verhaal in ‘Vonken van Ver-langen’ mij. Het verhaal van de ‘vonken,’ die over de werelddol verdeeld zijn en die alleen door de ontmoeting tussen mensen weer bij elkaar kunnen worden gebracht. Rode draden in mijn denken en handelen zijn het verbinden van spiritualiteit met het aardse, denken met doen, lijf met ratio, het persoonlijke met het zakelijke. Volgens mij is verbinden juist in deze tijd van materiële, ecologische en sociale crisis cruciaal. We moeten weer insluiten wat we hadden uitgesloten, persoonlijk en in organisaties. Mijn werk zie ik als een plek om hiermee te oefenen. In mijn werk ben ik op mijn best, denk ik soms. Dan word ik gedwongen om ‘disciple te zijn van mijn eigen pad’, om Wibe te citeren. Elke dag, ook al drijf ik van mijn plek af, toch weer de moed opbrengen om terug te keren.

Toepassing in mijn werk: verbinden als sleutel

Ondertussen vult het café zich met studenten en hun geluid. Wij beginnen aan de tweede kop koffie. Gé herinnert mij aan het doel van dit artikel: “Hoe pas je het een en ander toe in je dagelijks werk?” Ook hier stel ik het thema verbinden centraal. Het systemische perspectief in organisaties staat nog in de kinderschoenen. En toch, niets is helemaal nieuw onder deze zon en dat geldt ook voor systemisch werk in organisaties. Net als in therapeutische settings vraagt het werken met systemische inzichten en methodes in organisaties om een inbedding in bestaande theorie en praktijk op conceptueel niveau. Systemisch werk als gedachtegoed krijgt zo een plek. In mijn intreerede met de titel ‘Leren niet te Weten’ maak ik hier een beginnetje door bijvoorbeeld concepten als systeemdenken en ‘presencing’ (1) te verbinden met systemisch werk.

Als lector doe ik onderzoek naar mogelijkheden om het leervermogen in organisaties van binnenuit te versterken. Onderzoek kan direct bijdragen aan de ontwikkeling van mens en organisatie. Het gaat mij bij onderzoek niet om ‘het bestuderen van’ maar om het ‘samen doen en systematisch samen leren.’ Een van de vormen waarmee ik experimenteer noem ik ‘platformen voor ontwikkeling.’ Het gaat daarin minder om gebruikelijke leerprogramma’s maar om het inrichten van een fysieke, tijdelijke ruimte waar mensen leren om rond eigen, brandende vraagstukken samen te werken. Hierin is het uiterst effectief om ook systemisch te kunnen kijken en systemische interventies te kunnen plegen. Spannende vragen zijn telkens weer: Wie of wat wordt hier uitgesloten? Welke taak besteden jullie uit aan mij? Wat tracht ik voor jullie te dragen? Waar ga ik als vanzelf voor staan? Onlangs werkte ik bijvoorbeeld met het managementteam (MT) van een ziekenhuis waarin de medische specialisten niet waren vertegenwoordigd. Vanzelfsprekend dat we niet samen tot besluiten kwamen. Ik moest het als adviseur oplossen, vond men. Door eerst in mij en in de ruimte een aparte plek te

creëren voor de medische specialisten en daarna enkele MT-leden vanuit dit perspectief te laten redeneren, kwam er weer daadkracht in de vergadering.

Verder werk ik met kleine, innovatieve leergroepen met een zelf ontwikkelde coachingsmethode op basis van het systemische perspectief. Op de HAN zijn deze groepen ondertussen bekend onder de naam ‘Vonken van Vernieuwing,’ een naamgeving waarmee ik mijn dankbaarheid aan zowel Wibe als Phoenix tot uitdrukking wil brengen. In deze leergroepen worden mensen uitgedaagd om – door ruimer waar te nemen – daadwerkelijk een steen te verleggen in hun eigen organisatie. Zo werkte ik in een Vonkengroep rond het thema schoolvernieuwing: “Er wordt zo veel gemopperd in onze organisatie en te weinig gedaan”, stelde men collectief vast. Door eenvoudige opstellingen neer te zetten, keken de deelnemers naar ieders relatie met het thema ‘mopperen.’ Een deelnemer beschreef hoe hij als klein kind achter in de auto zat en naar het gemopper van zijn ouders moest luisteren. Bij een ander raakte het thema de rouw om een niet geboren kind (‘treuren mag niet!’). Het werken rond het thema mopperen maakte de weg vrij om opnieuw, met andere ogen naar dit thema in de eigen organisatie te kijken. Het werkte zuiverend en verhelderend. “Waar-Om (om welk uitgesloten deel) wordt bij ons gemopperd? Wie of wat vertegenwoordigen de zogenaamde mopperaars? Wat is er nodig om samen in beweging te komen?” Antwoorden op deze vragen leiden tot de ‘hefbomen’ voor effectieve organisatieontwikkeling. Vaak zijn dan kleine stapjes al voldoende: Een andere houding in een vergadering, het betrekken van een bepaalde persoon in de besluitvorming, of het expliciet waarden van een groep medewerkers door de directie.

Tijdens een Vonken-traject experimenteren wij daadwerkelijk met deze kleine stapjes. De hoop is dan dat enkele ‘kleine vonken’ voldoende zijn om een beweging in de organisatie te genereren. Een belangrijk neveneffect van het ‘systemisch werken’ in kleine leergroepen is dat de

systemische taal (je plek innemen, inordenen, opstellen, de balans tussen geven en nemen) meer gemeengoed wordt en zodoende de speelruimte opent om ook in de grotere groep of organisatie systemisch te werken. Zo is het dan mogelijk om tijdens een in-company programma voor bedrijven vraagstukken fysiek uit te beelden of met de directeur van een basisschool een opstelling over zijn organisatie te maken.

Het komende jaar wil ik het systemisch perspectief graag nog meer toepassen in onderwijsorganisaties om vernieuwing van binnenuit te ondersteunen. Ondertussen zijn in Nederland talrijke docenten en onderwijsmanagers bekend met het fenomeen van systemisch werk. Er zijn ook een aantal bewegingen en scholen die deels of geheel op basis van systemische inzichten werken. De meeste initiatieven zijn echter alleen gericht op de relatie tussen de leerkracht en zijn klas. Hoewel ik dat zelf ook fascinerend vind, wil ik in mijn lectoraat ook de meerwaarde van het systemische perspectief voor de school als organisatie verkennen. Hiervoor ben ik nog op zoek naar moedige schoolbestuurders.

Oh, en à propos moedig. Vaak komen mensen naar me toe met het verhaal “bij ons zou dat niet kunnen, het is te persoonlijk, op mijn werk zijn de mensen nog niet zo ver”. Natuurlijk zijn deze gedachten mij niet vreemd. En toch blijft het een uitdaging om ondanks de onzekerheid te handelen vanuit mijn plek en op de plek waar het er toe doet.... Met het risico steeds weer te verzanden in het ‘gedoe’ van alledag.

Ondertussen is het café helemaal volgelopen met studenten. Gé en ik moeten beide weer terug naar ons werk om dat toe te passen waar wij voor staan. Hij op zijn manier, ik op de mijne en toch door deze ontmoeting verbonden. Tot onze verrassing blijken onze werkplekken maar enkele honderden meters uit elkaar te liggen.

*The endless cycle of idea and action,
Endless invention, endless experiment,
Brings knowledge of motion, but not of stillness;
Knowledge of speech, but not of silence;
Knowledge of words, and ignorance of The Word.*

*Where is the Life we have lost in living?
Where is the wisdom we have lost in knowledge?
Where is the knowledge we have lost in
information?*

*The cycles of Heaven in twenty centuries
Brings us farther from God and nearer to the Dust.*

(Uit T.S. Eliot's, 'Choruses from the Rock', Collected Poems, 1909-1962, 161 – 185)

Noot (GO)

(1) Het begrip 'presencing' is moeilijk te vertalen in het Nederlands. In het boek van Senge, Scharmer, Jaworksi en Flowers, 'Presence. Een ontdekkingsreis naar diepgaande verandering in mensen en organisaties' hebben de auteurs het over een bewuste participatie in een groter veranderingsveld, waarin men openstaat zonder vooringenomen ideeën. Er was geen passend Nederlands begrip voor te vinden.

De geur van de zee

Francien Bruggink 16-11-01

De geur van de zee, onmiskenbaar en onbeschrijfelijk. Heeft zout een geur? Zijn tong langs zijn lippen, hij likt aan de huid op zijn pols. Welke geur heeft deze smaak... Mijmerend kijkt hij over het water. De voortdurende beweging, het ritme, de afwisseling van boog en vlak, schaduw en licht... Het ritme neemt hem mee, trekt hem weg, ver hier vandaan. De dunne, bijna transparante lijn van de horizon, het oplichten van het laatste reepje water tegen lucht, daar zou hij willen zijn... en zich laten dragen, laten gaan op de beweging, in het ritme, niets anders als die beweging... Inademend voelt hij de ruimte in zijn borstkas, in zijn buik, inademen voelt hij zich groeien, meer ruimte nemen, alsof de wereld achter hem deel uitmaakt van zijn lichaam, alsof die wereld hem optilt; het uitzicht nog weidser, de horizon nog verder...

Roepen, schreeuwen, zachtjes huilen, de smaak van tranen. Weer... de smaak van zout.

Zijn stem vervliegt in het geluid van de wind, het geruis van de golven, kon je maar enkel een stem zijn, gedragen door de wind, opgenomen in het ruisen van de zee. Onrust kriebelt in zijn maag, jeukt onder zijn middenrif geeft kleine speldenprikjes. Door de nietigheid valt het op, door de nietigheid doet het pijn...

Hij krimpt in elkaar, omsluit zich met zijn armen, sluit zijn ogen, verbergt zich in zijn huid. Klein zijn als de onrust, kriebelen op een onverwachte plek, nietig zijn en daardoor juist aanwezig, daardoor juist de ruimte nemen, daardoor meer zijn dan...

Dan het besef, het woord. Een woord bij de onrust, een woord bij de ruimte, bij het licht, de horizon, het ritme. Een woord als... eenzaamheid...

Of verlangen... verlangen naar warmte, contact, de ander. Het doet hem terugkeren op zijn schreden, de wind in zijn rug, het ritme, de beweging achter zich latend. Terugkeren op zijn schreden in de haast te zien, aan te raken, te voelen, te zijn...

INSPIRATIE Mensen helpen vanuit een positief uitgangspunt:

Eric Berne (1910 - 1970) (1)

Gé Ophelders

“Geen enkele man is een held in de ogen van de psychiater van zijn vrouw.” (E. Berne)

INLEIDING

In mijn werk als docent, maar ook later als trainer en adviseur, probeer ik vooraleerst duidelijk te zijn. Een middel dat daarbij helpt is het aanbieden van een aan de cursist of klant aangepaste structuur met daarin plek voor de wederzijdse verwachtingen, de werkwijze en mijn rol in het traject. Ondanks de transparantie in een eerste gesprek houden klanten zich soms hardnekkig vast aan de heersende klachten. Dit staat een vruchtbare start in de weg. Ik was dan ook behoorlijk gecharmeerd, toen ik door de toenmalige trainer Piet Weisfelt een makkelijk te hanteren model aangereikt kreeg om met klachten om te gaan. Dat iets zo eenvoudig kon zijn en zo veel kon opleveren. Het model kent 4 stappen: benoem de klacht (Nederlanders zijn dol op klagen), zet die om in een probleem, formuleer op basis hiervan een doel en als laatste: stel een aantal activiteiten op om het doel te bereiken.

De sterke kant van Transactionele Analyse (TA) vind ik, is dat deze stroming veel modellen, schema's, stappenplannen e.d. biedt om direct met individuen of groepen aan de slag te kunnen gaan. De bedenker en vormgever van deze therapievorm is Eric Berne.

In dit artikel wil ik niet ingaan op de door hem en andere uitgewerkte theorie, daarvoor bestaan excellente boeken, maar vooral informatie geven over de man en de ontstaansgeschiedenis van TA.

EEN KORT HISTORISCH OVERZICHT

Als Eric Lennard Bernstein in Canada in 1910 geboren wordt is zijn vader huisarts en zijn moeder schrijfster. In zijn eigen leven combineert Berne deze twee beroepen: hij haalt zijn graad Geneeskunde in Canada en schrijft 7 boeken en bijna 50 artikelen en papers, vooral over TA.

Op jeugdige leeftijd vergezelt hij zijn vader vaak op diens patiëntenbezoek. Wanneer Eric elf is sterft zijn vader op 38-jarige leeftijd aan tbc. Hij krijgt dan een flinke klap te verwerken. Zijn artsopleiding maakt hij in 1935 af en kort daarna verhuist hij naar de VS, waar hij een psychiatrie opleiding aan Yale begint. Naast zijn werk in een ziekenhuis opent hij een eigen praktijk. Hij naturaliseert

en noemt zich vanaf die tijd Eric Berne. In 1941 begint hij een opleiding tot psychoanalyticus. Zijn begeleider Paul Federn beïnvloedt hem sterk met zijn concept van 'ego psychologie'. In 1943 gaat hij als psychiater in dienst bij de geneeskundige troepen. Een van zijn taken is de soldaten te keuren. Berne is laatste van een rij psychiaters, waar de soldaten bij langs moeten. Hij hoeft slechts twee vragen te stellen: 'Ben je nerveus?' en 'Ben je al eens bij een psychiater geweest?' Na een tijdje weet hij niet alleen de antwoorden te voorspellen maar raadt hij ook het burgerlijk beroep van de soldaten. Van dit zogenaamde intuïtie-experiment steekt hij een boel op: Hij concludeert dat intuïtie een valide en bruikbaar observatiehulpmiddel is voor het wetenschappelijke en klinische werk. Een tweede leerpunt is dat het in de begeleiding vooral moet gaan over 'knowing how to act' in plaats van de nadruk te leggen op het inzichtsgoerienteerde aspect van de traditionele psychoanalyse. Dit is een van zijn eerste kritieken op de heersende psychiatrie en de psychoanalyse. Als laatste deduceert hij uit het experiment, dat observatie van de non-verbale signalen meer zegt over wat de echte boodschap is tussen mensen dan de betekenis van de gesproken woorden.



Na de oorlog besluit hij zijn opleiding psychoanalyse weer op te pakken in San Francisco. Erick Erikson wordt zijn begeleider (1947). De invloed van de laatste op Berne's denken is onmiskenbaar. Een van zijn uitgangspunten wordt dat de ontwikkeling van de persoon zijn gehele leven volgens een gestructureerde volgorde verloopt. Een tweede is dat het leven van het individu en zijn persoonlijkheid alleen maar begrepen kan worden als het in zijn sociaal netwerk wordt geplaatst.

BERNE START ZIJN EIGEN MODEL
Hoewel hij in het begin van de jaren 50 nog de klassieke terminologie van de psychoanalyse gebruikt, ontwikkelt zijn kritiek zich verder. Zo wijkt hij o.a. af van Freuds concept van het onbewuste, wat hem veel negatieve reacties oplevert. Positief voor Berne zijn de avondbijeenkomsten waar een groep medici, vanuit een sociaal psychiatrische focus, papers aan elkaar presenteren en bediscussiëren en ideeën uitwisselen. Wanneer in 1956 het Psychoanalytische Instituut hem weigert als lid, met de reden dat 'hij zou nog niet klaar zijn', besluit de ambitieuze Berne een alternatieve theorie te ontwikkelen. Met de publicatie van 'Transactional Analysis in Psychotherapy' (1961) vindt er een doorbraak plaats. Hij heeft de centrale ideeën van de TA gelanceerd (het structurele model, transacties, spel en script) en een eigen taal gevonden. "Daarmee is het basisraamwerk van de TA-theorie eigenlijk al voltooid." (2) Het grote publiek bereikt hij met zijn boek 'Games people play' (1964). Het analyseren van spelen lijkt een effectieve manier te zijn om zich herhalende pijnlijke interacties tussen mensen te analyseren en hen te helpen ze te vermijden. Na een tijd zijn woorden als 'spel', 'stroke' en 'OK' tot de dagelijkse conversatie gaan behoren. Achteraf blijkt dat door de publicatie van 'Games' de onderliggende theorie van de 'spelen' niet uit de verf komt, met name vanwege de 'grappige' namen die Berne de spelen gaf, zoals: 'Kick me', 'You Son of a Bitch' and 'Why Don't You – Yes But'. Ook is zijn denken over 'spelen' nog niet uitontwikkeld. In zijn laatste boek 'Wat

moet je zeggen nadat je hallo hebt gezegd?, verschenen na zijn dood in 1972, heeft hij aanzienlijke veranderingen in de definitie van psychologische spelen doorgevoerd. De inhoud gaat over script-analyse, opgevat als de sleutel om de levenspatronen van een individu te begrijpen en daarin veranderingen in aan te brengen. Spelen worden gezien als een component van het grotere patroon. De ontwikkeling van TA is na zijn dood door blijven gaan. De ‘drama-driehoek’ door Karpman en het door Fanita English ontwikkelde ‘racket-systeem’ zijn bekende nieuwe concepten in de TA.

EEN KENSCHETS VAN DE MAN BERNE

Zijn tweede hartaanval, die hem uiteindelijk het leven kost heeft zeker te maken met het harde werken. Begin jaren 50 heeft hij drie reguliere banen, zijn eigen praktijk en volgt hij een druk schema van schrijven en lezingen verzorgen. Opvallend is, dat mensen hem verschillend waarnemen. De één vindt hem warm, nieuwsgierig en vriendelijk de ander typeert hem als scherp van tong, competitief en onverwacht vijandig. Deze tegengestelde waarnemingen zijn een terugkerend thema in zijn leven. Berne blijkt een aantal gezichten, een karakter met tegenstellingen, te hebben. In zijn drukke leven trouwt en scheidt hij drie keer. Wanneer hij sterft is hij vrijgezel. Zoveel vrouwen betekent ook veel kinderen. Berne houdt van zijn rol als pater familias en is een voedende ouder, die eerder toegeeflijk dan autoritair is.

WAT INSPIREERT ME?

Bernes werkhouding was er een van niet bij de pakken blijven neerzitten. Toen hij als lid door het Psychologisch Instituut werd afgewezen, ontwikkelde hij een nieuw model gebaseerd op vele jaren ervaring en studie. De taal die hij hierbij gebruikte moest voor de cliënt net zo toegankelijk zijn als voor professionele werkers. Hij stond volledig achter de traditionele idealen van het medische beroep: “to cure, to avoid harm, and to take full responsibility for the welfare of patients.” (1)

Zijn blik oversteeg de TA. Zijn leven lang hield hij zich bezig met de comparatieve studie van de psychiatrie in verschillende gebieden van de wereld. Dit alles leidde tot een enorme productie aan boeken en artikelen.

Oefening: KERNWAARDE

Toelichting

Veel mensen vragen zich af wat de diepere betekenis van hun leven is. Je vindt antwoorden op deze vragen als je een speurtocht in jezelf onderneemt naar je kernwaarde.

De eerste stap. Onderzoek naar wat belangrijk voor je is. (Tijd: minimaal 20 minuten ongestoord)

Noteer vier situaties die je ooit hebt ervaren.

- Eén situatie waarin je heel kwaad was.
- Eén situatie waar je heel erg teleurgesteld was.
- Eén situatie waar je heel blij was.
- Eén situatie die je heel veel energie gaf.

Noteer voor jezelf per situatie een aantal belangrijke waarden die een rol speelden. Bij de eerste twee situaties werden er waarden bedreigd of met voeten getreden. Een voorbeeld: ik was zo kwaad omdat hij had gelogen had. De achterliggende waarde kan eerlijkheid, maar ook openheid zijn. Bij de twee laatste situaties zijn de waarden rechtstreeks af te leiden uit de emotie, bijvoorbeeld: ik was erg blij dat het moeilijke gesprek gelukt was. De waarde was succes hebben of doelen halen.

Maak een lijstje van tenminste 10 waarden. Onderzoek zo nodig andere ervaringen die je emotioneel geraakt hebben.

1.	5.	9.
2.	6.	10.
3.	7.	11.
4.	8.	12.

Literatuur
(1) Voor dit artikel heb ik voornamelijk gebruik gemaakt van hoofdstuk 1 ‘The life of Eric Berne’ Uit: Stewart, I., Eric Berne. Sage Publications, London 2001. (2) Stewart, I & Joines, V., Transactionele analyse. Het handboek voor persoonlijk en professioneel gebruik. SWP, Utrecht 1998, p. 274

Karin Raes

Al op jonge leeftijd had ik beelden van wat ik wilde worden en waar ik voor stond. Ik wilde ‘iets betekenen voor anderen’. Deze beelden ontstonden door verhalen van mijn familie. Zo deed de jongste zus van mijn moeder volkstellingen in China en reisde ze de wereld rond. Avontuurlijk! Ik wist: dat wil ik ook. Andere landen ontdekken, andere mensen en culturen.

Dus toen ik zes was wilde ik op avontuur en zag ik mezelf bergen beklimmen in Amerika.

Naast het reizen was er al op jonge leeftijd een fascinatie voor sport en bewegen. Stil zitten was niet mijn ding. Ik probeerde graag nieuwe dingen uit, was een durfal en een beetje wild en deed dingen die veel jongens in mijn klas niet durfden. Toen ik 15 was, wist ik ineens dat ik gymlerares wilde worden. Tijdens de Franse les zag ik een klas buiten sporten. Gym was een van mijn favoriete vakken, en op dat moment viel het kwartje en voelde ik: dat wil ik ook. Zo ging ik naar de Academie voor Lichamelijke Opvoeding.

Terugkijkend op mijn leven zie ik dat ik de belangrijke beslissingen vanuit mijn hart heb genomen

en dat ik daar steeds maar enkele seconden voor nodig had. Wat was essentieel voor mij om te ontdekken waar ik voor sta?

Om te beginnen de stimulans van mijn ouders die mij van jongs af aan leerden om mijn hart te volgen. Zij leerden mij ook dat als je ergens voor kiest, je ervoor moet gaan. Dat betekende trainen, hard werken en doorzetten. Pas later leerde ik om te weten wanneer het genoeg is en om me terug te houden, de actie van het niet(s) doen. Een belangrijk voorbeeld in mijn leven was mijn jongste tante die haar droom op jonge leeftijd achterna reisde naar New York om zich bij haar eerste werkgever te melden met de mededeling dat zij háár nodig hadden. Haar verhalen spraken tot mijn verbeelding. Later kon ik mijn verlangen naar vrijheid ook een ander kader geven: ‘de reis naar buiten ken je inmiddels wel, het is tijd voor de reis naar binnen, naar huis’. Mijn droom om te reizen was ook een ontsnapping aan het gebrek aan aandacht en de eenzaamheid in ons horecagezin. Ik verlangde

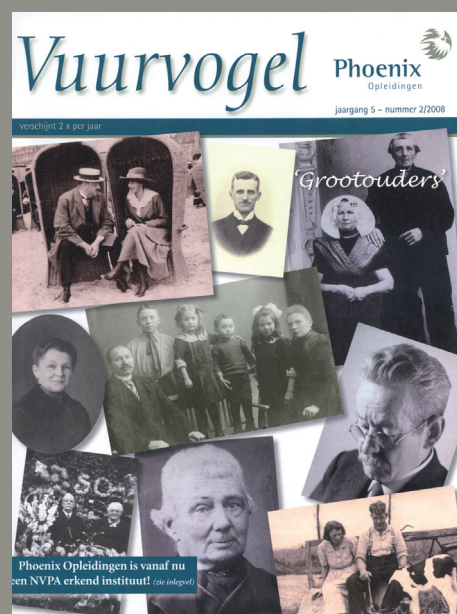
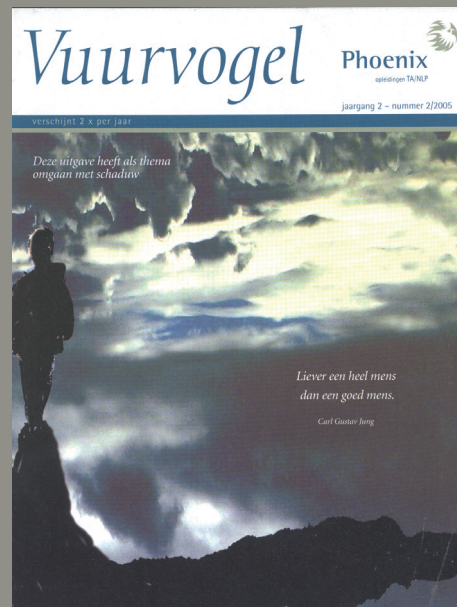
Karin Raes

naar warmte en verbinding. En die andere belangrijke inspiratiebron, bewegen en sporten, leverde me weliswaar veel energie, plezier en gezelligheid, het hielp óók om mijn gemis niet te voelen. Mijn atletiekdocente van de ALO was de eerste die dat sporten nieuwe betekenis gaf: ‘Je gaat over je fysieke grenzen heen, leer luisteren naar je lijf’. Klare taal. En toch, koppig als ik was, sloeg ik haar woorden aanvankelijk in de wind. Koppigheid is gestolde liefde. Waar leerde ik dat ook alweer?

Er was nog meer cruciaals op mijn weg. Op de juiste momenten de juiste leermeesters en mogelijkheden herkennen is een proces van vallen en opstaan. Ooit dreigde ik werkeloos te raken, en niet werken was niets voor mij. Dus piekerde ik me suf over wat ik verder wilde, zonder antwoord te krijgen. Tot ik te horen kreeg: het antwoord zit niet ‘daar’ (in je hoofd), maar ‘hier’ (in je hart). Ik was in verwarring, hoe kon ik daar nou een antwoord vinden? Zo leerde ik mijn werkelijke hartsverlangen kennen en haar bron: mijn grootste gemis. Ik ontdekte waar ik voor sta, ‘verbinden met open hart’. Zo kreeg ik focus, kwam ik in mijn kracht terecht en kan ik inspireren. Het was het begin van een reis om mijn gemis te verwerken en me te verbinden met mijn verlangen. De afgelopen jaren heb ik verschillende ‘onbekende gasten’ op bezoek gehad. Ik gaf ze een plek aan de stamtafel in het café van mijn vader. En ik ontmoette leermeesters die me leerden bedding te maken om ook ongenode gasten met open hart te ontvangen. Hier ontdekte ik de kracht van zachtheid en de moed om mijn grootste angsten onder ogen te zien. Daarbij kan ik rusten bij de mensen van wie ik houd en op wie ik terug kan vallen.

Het laatste anderhalf jaar had ik nog een paar belangrijke leerervaringen, waaronder een stilteperiode. Amper twee dagen later wist ik hoe ik mijn hartsverlangen in mijn bedrijf wilde vormgeven. Dat betekende ook mijn inkomenszekerheid opgeven, om me toe te kunnen leggen op mijn droom: een centrum voor leiderschapsontwikkeling. Zo leerde ik trouw te zijn aan mezelf en mijn verlangen.

En toen dacht ik: ‘Nu ben ik er wel’. Niet dus. Ik leerde ook nog dat het in de wereld zetten van mijn verlangen voor mij niet verenigbaar is met een bestaan als eenpitter. En om mensen te vinden met wie ik graag samen wil werken, moet ik vooral niet op zoek gaan. Er is ‘iets’ wat ik los heb te laten om ze te ontmoeten en als ze komen, zal ik ze meteen herkennen. En als ik dan alles waar ik voor sta uit mijn handen wil laten vallen, weet ik, dat ik steeds opnieuw moet terugkeren naar mijn oorsprong, mijn hart, dat ik moet rusten en mezelf moet blijven voeden met mijn inspiratiebronnen.



Met enige trots, de 9 nummers die voorafgingen aan deze 10^e Vuurvogel.