

Eindwerk Counseling in Existentieel Welzijn – Opleiding 2011-2012 – K.U. Leuven

Harrie Woudstra

MD-adviseur Jeroen Bosch Academie

Jeroen Bosch Ziekenhuis

E-mail: h.woudstra@jbz.nl

<http://www.jeroenboschacademie.nl/>



Inhoud

Inleiding – Mijn queeste	3
Module 1 De Essentie van Welzijn – Mijn visie op heling (heel worden)	5
Module 2 Heelheid in de zorg	6
Module 3 Mens zijn – Heel zijn	7
Module 4 Staan voor wie je bent	9
Module 5 Existentiële beperkingen	10
Module 6 Helende krachtbronnen	11
Module 7 Liefde, de mystieke kracht naar eenwording en heelheid	12
Module 8 Leiderschap: leven volgens de innerlijke waarheid, leven vanuit heelheid	13

Afbeelding voorpagina: het huwelijk van Amor (Eros) en Psyche

Inleiding

Mijn Queeste

Mijn deelname aan deze bijzondere opleiding heb ik ervaren als een 'queeste'. Een queeste is een zoektocht, een speurtocht. Van Dale kent een aantal betekenissen aan queeste toe. Het is een speurtocht, een zoektocht die je aan jezelf stelt, die onuitvoerbaar, onmogelijk is. De andere betekenis is het steeds zoeken naar wijsheid. Beide betekenissen zijn in dat ene woord verenigd en dat maakt de betekenis zo bijzonder.

De herkomst van het woord queeste wordt gevonden bij mythische verhalen, zoals de zoektocht van Parzival naar de Heilig Graal. Een zoektocht als levenstaak. Een zoektocht naar het ultieme, dat zoals de legende leert, niet bereikbaar is. Ultieme wijsheid bereiken is een onmogelijke opdracht. Maar in symbolische zin is de zoektocht naar het leven wel degelijk een queeste. Een zoektocht naar het eigen leven. Een zoektocht naar invulling die als persoonlijk en eigen ervaren wordt. Die als een doorlopende zoektocht naar zinvolheid, geluk en levensvervulling beschouwd wordt. In handelende, voelende, denkende en spirituele zin.

Een zoektocht naar de graal. Bestaat de graal? Bestaat de ultieme wijsheid? Ik citeer graag Carl Gustav Jung. De graal krijgt bij Jung de betekenis van een innerlijke houding die ontvankelijkheid voor de goddelijke Geest teweeg brengt. De kern is dat Jung zich afzet tegen het eenzijdige materialistische en egoïstische denken. Hij grijpt terug op het oerbeeld van de Geest als hogere god, die de kratèr (mengvat/graal), het vat voor geestelijke verandering, de mensen te hulp heeft gezonden. De kratèr is een vrouwelijk principe dat een aan het mannelijke principe gelijkwaardige plaats krijgt. Dit vat is het belangrijkste vrouwelijke symbool, waarin de verandering van 'substantie' plaats vindt. Dit is het proces van innerlijke verandering, door Jung, individuatie genoemd.

'Individuatie' betekent een afzonderlijk wezen worden, en voor zover we onder individualiteit onze meest innerlijke, laatste en onvergelykbare uniekheid verstaan: *tot het eigen zelf worden*. Ik gebruik de uitdrukking 'individuatie' voor het proces dat een psychologisch 'individu', dat wil zeggen een afzonderlijke, ondeelbare eenheid, een *totaliteit* voortbrengt. Ik zie steeds weer dat het individuatieproces met de bewustwording van het 'ik' verwisseld wordt en dat daarmee het ik met het zelf wordt geïdentificeerd, waardoor natuurlijk een heilloze begripsverwarring ontstaat. Want op die manier wordt de individuatie een zuiver egocentrisme en auto-erotisme. Het zelf omvat oneindig veel meer dan alleen maar een ik. Het is evenzeer de ander, of de anderen, als het ik. Individuatie sluit de wereld niet uit, maar in (Zie: C.G. Jung – Herinneringen, Dromen, Gedachten – pagina 366 – uitgave 1976).

Dit zoeken naar 'heelwording', is mijn zoektocht naar de graal. Ik wil in deze eindopdracht enkele bevindingen weergeven die ik in de afzonderlijke modules als 'inzichten' ervaren heb. Daarnaast ben ik op zoek geweest naar mogelijkheden om persoonlijke inzichten te integreren in mijn praktijk als ontwikkelaar en begeleider van leiderschaptrajecten in de zorg. Ik zie heelwording in die context als de 'basishouding' en 'kern' behorend bij integer en effectief leiderschap.

Ik eindig deze inleiding met Jung. Hij beschrijft in een droom hoe hij zijn overleden vrouw Emma 'terugziet'.

'Ik zag haar in een droom, die op een visioen leek. Ze stond op enige afstand en keek me recht in de ogen. Ze was in de bloei van haar leven, ongeveer dertig jaar, en droeg de japon die mijn nicht, het medium, jaren geleden voor haar gemaakt had. Het was wellicht het mooiste dat ze ooit gedragen heeft. De uitdrukking van haar gezicht was niet opgewekt en niet treurig, maar objectief wetend en kennend, zonder de minste emotie. Het was alsof zij aan gene zijde van

de nevels van de affecten was. Ik wist dat zij het niet zelf was, maar een beeld dat ze speciaal voor mij daar had neergezet of teweeggebracht. Het bevatte het begin van onze relatie en alles wat er tijdens drieënvijftig jaar huwelijk gebeurd was, en ook het eind van haar leven. Tegenover zo'n totaliteit sta je sprakeloos, want je kunt dat nauwelijks vatten. De objectiviteit die ik in deze droom en in de visioenen beleefde, hoort bij de voltooide individuatie' (Zie: C.G Jung – Herinneringen, Dromen, Gedachten – pagina 256 – uitgave 1976.)

Ik liep op 11 september 2011 (voor mij tevens de start van deze prachtige opleiding, hoewel ik toen nog niet wist dat ik toegelaten was) samen met mijn vrouw, op de vroege zondagmorgen, in de prachtige Travestere wijk in Rome. De rust en schoonheid hadden een onbeschrijfelijke, bijna sacrale lading. We stuiten, zonder te weten wat het was, op de villa Farnesina. In deze villa van de rijke bankier Chigi, heeft Rafael in de 16-de eeuw een loggia beschilderd. Onwetend liepen wij binnen en we werden getroffen door de overdonderende pracht van zijn schilderwerk: Het liefdesverhaal van Amor en Psyche. Het mythische verhaal, hoe zij elkaar vonden, uiteen gedreven werden en uiteindelijk terugvonden (Amor wekte Psyche uit een diepe slaap waaruit ze niet zelf kon ontwaken). Ze werden onsterfelijk en door Mercurius naar de Olympus gebracht. Op de Olympus werd de bruiloft gevierd. Alle goden namen deel aan de feestelijke bruiloft van Amor en Psyche.

De schilder Rafael die op een onnavolgbare wijze natuur en geest verbindt.

Het startpunt van mijn queeste. Ik was, onwetend als Parzival, op zoek naar de graal....

Module 1 De essentie van Welzijn – Mijn visie op heling (heel worden)

Wat is voor mij de essentie van welzijn? Dat is vooral: het open staan. Niet vast zitten aan het vertrouwde keurslijf van het dwingende moeten. Open staan naar jezelf, naar de ander. Open staan voor wat zich ontvouwt. Ik blijf dit een prachtige uitdrukking vinden voor het in verbinding komen met de ziel. Uit de beperktheid van de ik-werkelijkheid komen naar een meer omvattende werkelijkheid. Het overstijgen van je ´persona´ (ik-gebondenheid). Het ik-masker, het harnas van onkwetsbaarheid wordt afgelegd. Het werkt niet meer. Ik heb in mijn werk en thuis de afgelopen tijd meerdere malen mogen ervaren dat het zo werkt: open en vriendelijk verwelkomen van wat zich aandient. Voor mij ongekende momenten van verwondering, ontroering en blijdschap.

Wat mij daarbij in het bijzonder bij blijft zijn 3 dingen:

1. Kwetsbaarheid biedt de opening om (weer) in contact te komen met dat wat ondergesneeuwd is: je diepste talenten en kwaliteiten. Vanuit de ´demoraliserende´ onmacht op zoek gaan naar de eigen innerlijke antwoorden.
2. Het helpende contact daarbij werkt. De ander helpen om vanuit een echte, dienende aanwezigheid, de innerlijke dialoog aan te gaan. Niet vanuit regie en oproepbaarheid (waar ik me in mijn werk zo vaak ´extern´ op gefocust heb) maar vanuit het ´innerlijk´ focussen. Vanuit nabijheid en overgave. Aanvaardend staan in wat zich ontvouwt in al zijn mooie en soms duistere aspecten. Verbonden zijn met een nooit dovende energiebron en bron van inspiratie
3. De helende werking die daarvan uitgaat is buitengewoon krachtig. Zowel in focussessies als ook in groepsbijeenkomsten met nadruk op focussen, gebeurde dat. Heling als proces van heel worden. Prachtig verwoord door een jonge verpleegkundige. Net moeder geworden en worstelend met het krampachtige gevoel van ´gedeeld´ te worden tussen werk en kind. Zij verzucht: ´Hoe kan ik het zwangerschapsgevoel vasthouden?´ Dat verlangen naar de ´heelheid´ van haar zwangerschap bracht haar terug bij haar echte gevoel van welzijn. Het niet laten leiden door het gecontroleerde moeten vanuit haarzelf en de veronderstelde verwachtingen van de ander. Wel het terugkomen bij haar eigen diep gewilde verlangen: ´Alles wat ik doe, doe ik goed, dat zit in mij´. Voor haar en de groep een diep gevoeld moment van heil en heelheid.

Bronnen:

Claude Missiaen “Hoe zien we een begeleider” (2006); „Helen” (2006).

Chris van de Veire “Blijven werken met elan” (2009).

Kurt Renders “Rocco op de rand” (2005).

Mia Leijssen “Existentieel welzijn in werkcontext van vuilnisophaling” (2009); “Existentieel welzijn in India” (2009); “Feesten in vier Dimensies”(2007).

Mia Leijssen “Noodzakelijke bagage voor hedendaagse counseling” (2003); “Therapie op zielsniveau” (2009); “Focussen als innerlijk luisteren” (2007).

Module 2 Heelheid in de zorg

Wat mij bezig houdt in de zorg als het gaat om een basishouding voor professional en leidinggevende is de benadering van Mia Leijssen: 'liefdevol in ontwikkeling zijn'. Ik heb me nooit gerealiseerd hoe waar dat is. Ik moest, toen ik het las, ogenblik denken aan een uiterst boeiend boek geschreven door Fred Lee met als titel 'Als Disney de baas was in uw ziekenhuis, 9 ½ dingen die u anders zou doen'. Een zeer opvallende uitkomst van zijn onderzoek naar patiënttevredenheid is, dat uit evaluaties blijkt, dat een liefdevolle benadering tot zeer hoge tevredenheid leidt. Woorden als lief, liefde, bewogenheid, medeleven, zorgzaamheid bepalen in hoge mate de loyaliteit, veel meer dan hoffelijkheid en vakkundigheid dat doen. Natuurlijk doen vakkundigheid en hoffelijkheid er toe, maar ze behoren tot het normale verwachtingspatroon. Liefdevolheid en bewogenheid raken diep en leiden tot spontane en enthousiaste complimenten....

Liefdevol in ontwikkeling zijn is voor mij in de zorg zichtbaar te maken. Ik denk dan met name aan mijn werk dat zich richt op leidinggevend. Leidinggevend die een belangrijke rol kunnen spelen als het gaat om het inspireren tot liefdevolheid en bewogenheid. Waar liggen aanknopingspunten om professionals te stimuleren tot een verzorgingsniveau dat uitstijgt boven het niveau van vakbekwaamheid en service excellence? Is bewogenheid en liefdevol in verbinding zijn te leren? We selecteren er niet op. We eisen het niet. We ontslaan geen werknemers die niet weten hoe ze hier blijf van kunnen geven. Het is iets wat spontaan tot uiting komt bij iemand die 'geïnspireerd' is, aldus Fred Lee.

Toch ligt er mijns inziens een enorme kans om vanuit 'existentieel welzijn' verbindingen naar een 'liefdevolle wijze van doen' te maken. Basishoudingen als respect, empathie, echtheid en acceptatie zijn 'sleutels' die toegang verschaffen tot 'bewogenheid' en 'zorgzaamheid'. Ik probeer dat voor leidinggevend meer toegankelijk te maken.

Dat is een zoektocht naar de eigen verbindingen met welzijn. Zichtbaar te maken als het gaat om liefdevolle aanwezigheid: ondersteunend, helpend, zingevend. Het in relatie zijn met de ander ervaren als rijke bron voor geven en ontvangen. Dit 'in relatie zijn tot jij' is primair en onderscheidt zich wezenlijk van het 'ik in relatie tot de dingen', zegt Buber. Dat betekent dat de toenemende druk van 'het moeten presteren' nooit mag leiden tot vermindering van de 'menselijke relatiekracht'. Ik wil leidinggevend laten ervaren wat het betekent in die kracht te gaan staan. Wat het is om voorbeeld te willen zijn in het zoeken naar de verbinding met wat leven zinvol maakt. Dat is meer dan 'zakelijkheid' (nut en geld). Hoewel dat laatste wel nodig is. Leiderschap is 'voorbeeld' willen zijn in relatie: vanuit respect en inleven, echtheid en acceptatie. Vanuit de Geest tussen ik en jij.... Vanuit verrassing, verwondering en heelheid.

Bronnen:

Fred Lee "Als Disney de baas was in uw ziekenhuis, 9 ½ dingen die u anders zou doen".

Martin Buber "Ich und Du".

"Basishoudingen in tijden van evidencebased behandelingen." Lezing van Mia Leijssen (sept. 2011).

Colin Ward "Talent gecentreerde counseling" (2011).

Module 3 Mens zijn – Heel zijn

Ik geloof in een positief mensbeeld. Ik geloof in een mens die van nature prosociaal is.

Die kan genieten van het leven en zich daarvoor wil open stellen.

Ik geloof in de kracht die in mensen zit om te groeien en hun unieke potentieel en capaciteiten tot ontwikkeling te brengen. Het gaat om het kanaliseren van deze mogelijkheden. Dat wil zeggen: een omgeving creëren die groeibevorderend is.

Ik geloof dat er naast constructieve en bevorderende factoren ook destructieve en vervlakkende factoren zijn. Ik begrijp Karel van het Reve in zijn niet aflatende strijd tegen dogmatisme en doctrines. Ik begrijp ook zijn strijd voor subtielere zaken als gevoel voor proporties, smaak, fatsoen, redelijkheid die beschaving van barbarij scheiden. Vervlakking en materialisme die helaas het echt ‘mens zijn’ en ‘mens worden’ in de weg kunnen gaan staan.

Het is fundamenteel eigen aan de mens om continu in beweging te willen zijn. Om zijn mogelijkheden tot ontwikkeling te brengen. Vanuit een behoefte aan waardering en bevestiging. Ook binnen doctrines en dogmatisme is er ‘het mens eigen’ zoeken naar autonomie in verbondenheid met anderen. Tot uitdrukking komend in authentiek zijn. Ten diepste in het contact tussen zelf en de ander: helpend en helend, als grondhouding voor waarheid en liefde.

Dit bestaan is van alle tijden en voert terug naar oude en diepe waarden. Waarden die leiden tot keuzes en betekenissen die overstijgend zijn en zich op momenten van lijden ten diepste manifesteren. Een prachtig voorbeeld van de ‘oude waarden’ kwam ik tegen in het boekje ‘Een levensregel voor beginners’ (2003) van Wil Derkse. Hij laat zien dat drie spirituele levensregels van Benedictus uit de zesde eeuw nog springlevend zijn:

Stabilitas staat voor commitment. Niet weggelopen van dat waaraan je je hebt verbonden en wat hier en nu een appèl op je doet.

Coversio morum is het permanente en dagelijks opnieuw op te pakken proces om je houding en levensstijl stukje bij beetje te verbeteren.

Obedientia is de kunst van het aandachtig luisteren en van harte en daadwerkelijk respons geven.

Levensregels die in hun eenvoud de essentie van mens zijn weergeven. Die hoop geven.

Die in het verzet tegen onrecht en onderdrukking naar boven komen Onverzettelijk staan voor mens zijn en mensenrechten, vrijheid van meningsuiting en vrijheid van het woord.

Vaclav Havel die door zijn voorbeeld de wereld hoop gaf. Die voortleeft als vertolker van menselijke hoop en vrijheid. Prachtig door hem weergegeven in het gedicht ‘Weg van de hoop’:

Weg van de hoop

Diep in ons zelf dragen we hoop:

als dat niet het geval is,

is er geen hoop.

Hoop is de kwaliteit van de ziel

en hangt niet af

van wat er in de wereld gebeurt.

Hoop is niet voorspellen of vooruitzien.

Het is een gerichtheid van de geest,

een gerichtheid van het hart,
voorbij de horizon verankerd.

Hoop
in deze diepe en krachtige betekenis
is niet hetzelfde als vreugde
omdat alles goed gaat
of bereidheid je in te zetten
voor wat succes heeft.

*Hoop is ergens voor werken
omdat het goed is,
niet alleen omdat het kans van slagen heeft.*
Hoop is niet hetzelfde als optimisme
evenmin de overtuiging
dat iets goed zal aflopen.
Wel de zekerheid dat iets zinvol is
afgezien van de afloop,
het resultaat.

Vaclav Havel (1936)

Bronnen:

“De gruwel van dubbeldunk“, artikel NRC over “Verzameld werk 7 ” van Karel van het Reve,
25 november 2011.

Wil Derkse “Een levensregel voor beginners” (2003).

Mia Leijssen “Dimensies van menselijk bestaan” (2011).

Ad Bergsma “Wijs dankzij Russische roulette” (2011).

“Het holistisch paradigma: liefde als bron en leidraad”. Steve Van Herreweghe, Tijdschrift
Klinische psychologie, 2003, nr.4, 226-233.

“Levensbeschouwing en counseling in existentieel welzijn”. Masterproef van Tine Van Ingelgem
(2011).

Module 4 Staan voor wie je bent

Staan voor wie je bent. Dat is mijn synthese van deze module over zin, zingeving en waarden. Voor mij een boeiende zoektocht. Een zoeken naar het ‘menselijke’ in de mens.

In een tijd van toenemende onmenselijkheid die sluipend toeslaat.

Zoeken naar het menselijke in de mens is zoeken naar het ‘wie’. De mens die toont ‘wie’ hij is en daar voor wil gaan staan. Die de wil heeft om verantwoording te nemen. En dat in daden toont, vanuit liefdevolheid naar de ander en vanuit zingeving. Zingeving vanuit zorg dragen voor jezelf en de ander en willen investeren in de keuzes die dat van je vraagt.

Als een organisatie gaat voor zingeving, en ons ziekenhuis wil daarvoor gaan, dan is er niet de vraag: ‘Zijn we een puntscore hoger’ maar is er de vraag: ‘Zijn er mogelijkheden tot zingeving, vanuit liefdevolheid naar de ander, vanuit nabijheid, vanuit liefdevolle en toegewijde zorg bij ziekte en lijden’. Dat ‘zingevende zoeken’ als antwoord op de toenemende ‘zinvermindering’ die velen in de zorg ervaren. Wil een organisatie een ‘levende’ en ‘bezielde’ organisatie zijn (en geen ‘gevangenis’ van het ‘normale’) dan is er voortdurend aandacht voor zingeving (vanuit ieders unieke mogelijkheden en kwaliteiten) nodig. Het toepassen van zingevende vaardigheden is hierbij onmisbaar. In de leiderschapprogramma’s in ons ziekenhuis wordt daar veel nadruk op gelegd.

Niet ‘wat’ drijft de mens, maar de vraag naar het ‘wie’. Dat is de vraag naar de mens die toont ‘wie’ hij is en waar hij voor wil staan. In het boekje van Joke Hermsen “Heimwee naar de mens” komt Hannah Arendt aan het woord. Hannah Arendt, joods filosofe (1906 – 1975), heeft zich vooral bezig gehouden met het ‘samen verantwoordelijk zijn’. Gemeenschappelijk verantwoordelijk zijn als tegenwicht voor de verregaande individualisering en vervlakking. Hannah Arendt gaat er vanuit dat elk product van de geest pas waarde krijgt als het in staat is iets in de verhouding tussen het bijzondere en het algemene, tussen de ene mens en de andere, die samen de wereld uitmaken, te veranderen; veranderen in de zin van minder onverschillig en meer betrokken maken. Als we niet op de een of andere manier handelend en vertellend actief zijn, blijft de wereld ons vreemd en verdwijnt deze ten langen leste geheel uit het zicht. Wat dan verloren gaat, ‘is de specifieke en onvervangbare *tussenruimte* die tussen mens en medemens tot stand is gekomen’ (= dia-loog: tussenruimte, ‘waairuimte voor de Geest’, die helend werkt).

Bronnen:

“Heimwee naar de mens” Joke Hermsen (2003).

Mia Leijssen “Zingeving en zingevingsproblemen vanuit psychologisch perspectief” (2004).

“Beginselen van de Logotherapie”. Viktor E. Frankl. (1978). Pp. 121-163 uit boek: De zin van het bestaan.

“Zin en Zinloosheid”. Deel 3 uit De pijn van het zijn. Kurt Renders (2008).

“Verwondering”. Claude Missiaen (2006). Begeleiding van A tot Z.

“Eerbied voor morele waarden / Zelfbeschikkingsrecht van de cliënt”. Mia Leijssen (2005).

Module 5 Existentiële beperkingen

Ik lees het artikel van Leo Tjihuis: Kanker als doodvonnis. Vanuit ‘midden in het actieve leven’ naar ‘einde bestaan’. Wat zegt mij dat? Mijn beide ouders zijn aan kanker overleden. Mijn schoondochter is aan kanker overleden. Ieder jaar doe ik een uitgebreide gezondheidscheck. Dan hoor ik: Harrie je bent gezond. Je bent fysiek top. Je presteert op je zestigste nog als een jonge vijftiger. Loopt de 10 kilometer sneller dan menig veertiger of dertiger.

Diep van binnen ben ik bang. Natuurlijk is gezond leven en bewegen belangrijk. Maar ik word ouder, er komen beperkingen: fysiek en mentaal. Ik ben bang voor aftakeling. Aftakeling van het leven. Kanker als sluipmoordenaar? Of aftakeling als sluipmoordenaar? Ik beseft dat ik moeite heb met dat gegeven. Ik wil sterk zijn, fysieke uitstraling hebben, presteren. Ik ben bang voor dat aftakelingsproces. Alsof daarmee ook mijn levenskwaliteit aftakelt. Het levensgeluk zoals ik dat nu als ‘hoogtepunt’ ervaar zal vanaf nu alleen maar afnemen.

Het artikel van Leo Tjihuis raakt me. Zijn confrontatie met aftakeling en dood, op een moment van ongekeerde levenskracht, zet me aan het denken. Ik herken wat hij zegt over levenskracht: dat gevoel van levenszin en levensgroei die onkwetsbaar en ongenaakbaar lijkt. Dat gevoel ken ik. Ik wil die confrontatie niet. Leo Tjihuis *moest* de confrontatie aan gaan. Evenals mijn ouders, evenals als mijn schoondochter. Vanuit die confrontatie met dood en aftakeling raakten zij meer bij het leven betrokken. Door de confrontatie aan te gaan in plaats van er voor weg te rennen.

Open staan voor het goede leven. Open staan voor de eigen kwetsbaarheid. Het helende ervaren door de eigen kwetsbaarheid onder ogen te zien. Indrukwekkend zoals Leo Tjihuis dat weergeeft. Het sterfelijke onder ogen zien, om daarmee het leven in al zijn kwaliteiten te onderkennen. Het lichaam ervaren als veel meer dan een fysieke begrenzing. Niet begrensd door een gesloten ademende huid, maar één met de kosmische energie. Genieten van de momenten van het nu. Staan in het gespleten heden. Moed en durf om het leven te accepteren en het ‘opgevijselde’ ik los te laten. Aandacht voor de ander en aandacht voor jezelf. Ervaringen en verlangens vanuit liefde en verwantschap delen.

Bronnen:

Leo Tjihuis (2005). “De individuatie van een therapeut met een zeldzaam carcinoom”. Tijdschrift voor psychotherapie, 31, 2, pp. 100-121.

Kurt Renders en Mick Cooper (2008). “Existentiële beperkingen en de tragiek van het bestaan”. uit De pijn van het zijn.

“Carl Jung speaks about Death”,

<http://www.youtube.com/watch?v=LOxIZm2AU4o&feature=related> en “Death is not the end”

<http://www.youtube.com/watch?v=T-Ab3tlpvYA&feature=related>.

Ken Wilber (1993) “Overgave en strijd”.

Module 6 Helende krachtbronnen

In deze module heb ik de verdieping gemaakt. Komen bij die gevoelens die Vaillant benoemt als ‘positieve emoties’: liefde, vergevingsgezindheid, mededogen, hoop, vreugde, ontzag, dankbaarheid. Die in mijn diepste wezen als krachtbronnen er zijn.

Boosheid.

Door de boosheid heen gaan om bij het kwetsbare kind in mij te komen. Weer open gaan staan voor dat gekwetste kind, dat de boosheid niet meer nodig heeft. Ervaren dat het verdriet er weer mag zijn.

Van macht naar kracht

Ook hier mijn zoektocht. Herkennen wat mijn basisenergie is: ‘Ik ben een vrij mens’ en ‘ik hou van de wereld’, met als kernwaarden: leiderschap, ontvankelijkheid, vernieuwend en verbindend zijn. Maar ook mijn tegenkant ervaren: macht, manipulatie, betweterigheid, overcontrole. Beide kanten zitten in mij. Ervaren dat macht vanuit de angst ‘afgewezen te worden’ onmacht, verstarring en fanatisme oplevert. Uit de macht naar je kracht. Open staan voor de ander, nieuwe mogelijkheden vanuit onbevangenheid tegemoet kunnen treden. Ook hier de weg naar het kwetsbare. Ik zie die ontwikkeling bij mijzelf. Ik zoek de ‘regie’ als ik met groepen werk. Ik ervaar dat meer en meer als een verbinding met mijn kwetsbaarheid. Niet de macht, wel het leiden. Niet ‘moeten’ maar ‘mogen’.

Grenzen verleggen en confronteren

Confronteren als helpende grondhouding. Van aangezicht tot aangezicht. Vanuit betrokkenheid en in relatie staan. Niet over de ander. Niet vanuit moeten. Wel vanuit verbinding en zorg. In de reactie op de ander congruent zijn in wat je ervaart. Oprecht, eerlijk, rechtvaardig. Vanuit dienstbaarheid. Grenzen stellend, niet meegaand in de patronen van de ander. Lef hebben door vanuit het hart te spreken in plaats van miskennis door het te laten voor wat het is.

In mijn werk, thuis en mijn leven is dat een basishouding. In mijn werk sluit het aan bij wat ik als kern zie: leidinggevend de gelegenheid geven op zoek te gaan naar eigen talenten en kwaliteiten. Vanuit mensgericht en authentiek leiderschap. Door grenzen te verleggen, vanuit een confronterende en helpende houding, gericht op jezelf, maar ook naar de ander. Ik heb dat uitgewerkt in het *Development Center als leer- en ontwikkelsetting*. Ik ervaar dat het werkt. Ik merk dat ik zelf daar nog erg veel in te leren heb. Door echt geraakt te worden als ‘helper’, waarbij de ander mogelijkheden krijgt om grenzen te verleggen vanuit eigen kwaliteit. Het vraagt een houding die ik omschreven heb als: oprecht zijn in je reacties, niet meegaan in belemmerende patronen van de ander, maar kunnen aangeven, in milde en bemoedigende termen, op welke wijze patronen doorbroken kunnen worden. Ik heb hier nog veel in te ontwikkelen.

Bronnen:

“Kwaadheid”. pp.87-100 uit Gids Gesprekstherapie. Mia Leijssen (1995).

“Positieve emoties”. pp.13-36. Uit Spirituele evolutie. Vaillant (2008).

“Van macht naar kracht”. Chris van de Veire (2010).

“Confrontatie”. Tekst van Georges Wollants uit Begeleiding van A tot Z.

“Grenzen”. Tekst van Pol Verhelst uit Begeleiding van A tot Z.

Module 7 Liefde, de mystieke kracht naar eenwording en heelheid

Liefde: de mystieke kracht naar eenwording. De drijvende kracht naar eenwording. Mooi naar voren gebracht in het artikel van Dorothee Sölle. Zij haalt Martin Buber aan: ‘In den beginne was er relatie. Het mannelijke en het vrouwelijke. Op elkaar aangewezen vanuit heelheid.’ Daarin ziet zij ‘de geheiligde kracht, de sacred power’. De ‘gedeelde macht’ van het ‘heilige’. Tot uitdrukking komend in wederzijdsheid. In deze wederzijdsheid zit ‘de onbekendheid van het bekende’, waardoor het anders zijn van de ander behouden blijft. Het is een geheiligde kracht omdat het niet bestaat uit het heersen over anderen, daartoe in staat gesteld door macht, maar in het delen van macht, het ‘empowerment’, waarin beiden deel krijgen aan de macht van het leven. Wederzijdsheid en geheiligde macht: mystiek van de eros. In dat eenvoudige ‘ik hou van jou’ ligt dat geweldige geheiligde mysterie. ‘En als er geen mysterie meer is’, zo eindigt het mooie artikel van Sölle, ‘dan sterft ook het geheimenis van de ander. Alles is bekend en voorstelbaar. De liefde beperkt zich geheel vanuit zichzelf, zonder dwang’.

Echte liefde is zachtmoedig. Ze durft te confronteren zonder macht en geweld. Liefde en waarheid worden één. Voor mij de kern als het gaat om de helpende en dienende grondhouding in de zorg, zowel voor de professional als de leidinggevende.

Voorwaar: een lofzang op wat liefde vermag.

Bronnen:

Dorothee Sölle: “Erotiek en mystiek”.

“Liefde als noodzakelijke conditie voor groei en heling”. Mia Leijssen (2012).

Comte Sponville (1997). Uit Kleine verhandeling over de grote deugden. “Compassie” pp.129-142.

“Heling in authentieke relaties”. Uit Tijd voor de ziel. Mia Leijssen (2007).

Roger Walsh (2000). “Het wezen van spiritualiteit”. Uit Dienstbaarheid.

Module 8 Leiderschap: leven volgens de innerlijke waarheid, leven vanuit heelheid

'Er zijn mensen die zeggen dat kennis macht is, maar dat is niet waar: karakter is macht'
Sathya Sai Baba

Dit citaat boven het hoofdstuk 'leven volgens innerlijke waarheid' van Jack Hawley uit *Spiritualiteit en Leidinggeven* heeft mij erg aangesproken. Het is een bevestiging van mijn idee wat leiderschap is. Niet staan in hiërarchie en macht, maar leven volgens de eigen innerlijke waarheid. 'De belangrijkste factor in het nieuwe management is karakter', zegt Hawley. 'Mensen hunkeren naar karakter. In de context van management is karakter: integriteit en dharma'.

In de Development Centers die ik met mijn collega's voor leidinggevendenden organiseer gaan we op zoek naar dat eigen karakter. Op zoek naar authenticiteit en persoonlijk leiderschap. Dat is staan in de waarden behorend bij patiëntgerichtheid en patiëntveiligheid: gedreven, richtinggevend, verbindend. Vanuit de vraagstellingen: Is er gedrevenheid? Is er passie? Sta je er achter? Toon je moed? Laat je het zien?

Ik vind het bemoedigend om te ontdekken dat Jack Hawley, als hij het heeft over het ontwikkelen van karakter (integriteit) als belangrijkste factor bij leiderschapontwikkeling, kenmerken noemt die in het Development Center voordurend aan de orde zijn:

- Heelheid: totaliteit, volledigheid en deugdelijkheid. Ook in spirituele zin. Dicht komen bij je persoonlijke kracht. Ervaren dat het een gevoel geeft van 'verbrede verbinding' en 'flow'.
- Goedheid: oprechtheid, vriendelijkheid, respect. Gaan voor de kwaliteit van zorg en bijbehorende waarden.
- Moed: doorgaan, ondanks de aanwezigheid van angst. In kritische situaties er staan. De rug rechten. De moed om nee te zeggen.
- Zelfdiscipline: jezelf trainen om te handelen in overeenstemming met je drijfveren. Trainen en volhouden!
- Leven volgens de innerlijke waarheid. Luisteren naar je waarheid ('jouw verhaal') en daar naar leven: onkreukbaar en onaantastbaar.

Hierin ligt voor mij de kern van 'deskundig leiderschap'. Natuurlijk is daar kennis en vaardigheid voor nodig. Maar de kern zit in de bestaansethiek: *deugdzaamheid* voor de dagelijkse zaken. Mooi in het artikel van Mia Leijssen verwoord. Ethos volgens Aristoteles: de bekwaamheid om met jezelf om te gaan: Evenwichtigheid – vriendschap voor jezelf – bloeiend leven. Leven volgens je innerlijke waarheid.

Een droom die me is bijgebleven: Ik kwam aan in het paleis. Er waren veel hoogwaardigheidsbekleders. In prachtige kleding. Buiten stonden militaire regimenten keurig in het gelid. Het was een feestelijke en bijzondere dag. Ik stond daar in mijn plunje en was verbaasd. Pas ik hier? Ben ik welkom? Ik liep naar buiten. Tot mijn verbazing maakte ik deel uit van het geheel. Ik viel niet uit de toon. Mijn schamele kleding, mijn rugzak, het viel niet op. Ik kon er zijn zoals ik was. In de feestzaal was een groot feest. Het was van een onuitsprekelijke schoonheid. Zo iets had ik nooit gezien. Lange tafels. Met de heerlijkste spijzen. Er was een opgewekte en vrolijke sfeer. Toen de maaltijd begon deed zich iets merkwaardigs voor. Iedereen aan tafel nam niet zelf het eten tot zich, maar presenteerde dat aan degene die naast hem zat. En wel zo dat de armen in elkaar haakten. Er was een gevoel van oneindige verbondenheid en geluk....

Bronnen:

Spiritualiteit en management. Een andere visie op leidinggeven. Jack Hawley (1993) hieruit de hoofdstukken: "Leven volgens de innerlijke waarheid" pp.145-156; "Dharma: het juiste handelen" pp. 157-165; "Ontwikkeling van het nieuwe karakter" pp.166-177.

Seligman (2002) "Gelukkig zijn kun je leren": pp.117-135 en pp.149-175.

G. Westerhof en E. Bohlmeijer (2010) "Psychologie van de levenskunst": pp.11-14.

Vaillant (2008) "Vergevingsgezindheid". pp.205-225 Uit Spirituele evolutie.

"Dromen en verbeeldingskracht". Uit Tijd voor de ziel Mia Leijssen (2007). pp.143-168.

"Intuïtie". Claude Missiaen. Uit Begeleiding van A tot Z.

"Deskundigheid". Uit Gids Beroepsethiek Mia Leijssen (2005). pp.135-151.