Levenswerk

Soms rijd ik na een ontmoeting naar huis met een diepe dankbaarheid.

Dankbaar dat iemand mij uitnodigt om aanwezig te zijn op een plek waar iets wezenlijks speelt. Dat kan 1-op-1 zijn maar net zo goed met een groep of een team. Er ligt een vraag, een twijfel, een zoektocht of een dilemma. Vaak is er al veel over nagedacht, besproken en geprobeerd en toch is er ergens het besef: we zien (nog) niet waarom het niet werkt.

Voor mij begint zo'n ontmoeting met een open hart, zonder te sturen op waar het heen moet. Eerst werkelijk ontmoeten en aanwezig zijn bij de ander en bij wat er is.

Ik realiseer me steeds meer dat hoe ik mijn werk doe rechtstreeks voortkomt uit wat het leven mij heeft geleerd. Dat wat zichtbaar is lang niet altijd het hele verhaal vertelt. Dat iets van betekenis kan zijn zonder dat je het meteen begrijpt. Dat je iets weet voordat je er woorden voor hebt. En dat we juist door alles te willen begrijpen soms ook kwijtraken wat we eerder al hebben waargenomen.

De essentie is aandachtiger te kijken. Niet om vervolgens overal betekenis aan te geven of te willen verklaren. Sommige dingen vragen er juist om dat je wat langer blijft bij wat er is. Dat je durft te verwonderen, te voelen en te luisteren zonder direct een antwoord te hoeven hebben.

En dat neem ik mee in mijn werk. Want achter een vraagstuk ligt bijna altijd meer dan de vraag die gesteld wordt. Er zijn feiten, ervaringen, eerdere keuzes, patronen en relaties. Er is wat iemand vertelt én wat niet wordt verteld. Er is wat het hoofd begrijpt en iets wat het lichaam ervaart en weet. En er is wat ontstaat tussen mensen, voelbaar en waarneembaar, maar niet altijd direct te duiden.

Soms komen we tijdens zo'n ontmoeting op terrein waar iemand al heel lang alleen in is geweest. Niet omdat er geen mensen waren, maar omdat er nog geen plek en persoon was waar juist dát gezien kon worden.

Ik besef steeds meer dat één van de meest wezenlijke dingen die je voor een ander kunt doen precies begint bij aanwezig blijven. Dat klinkt misschien eenvoudiger dan het is.

Aanwezig blijven vraagt soms moed. Om niet sneller te gaan dan nodig en mogelijk is. Om het niet te willen oplossen omdat het ongemakkelijk wordt. Om te verdragen dat je iets nog niet weet. En om de ander werkelijk te blijven zien in wat zich op dat moment aandient.

Want juist wanneer iemand zich gezien weet, ontstaat ruimte om zelf weer te zien. Daarom probeer ik ook bewust de waarneming te verruimen. Niet alleen ons hoofd laten werken, maar ook ruimte maken voor wat ons lichaam vertelt, wat intuïtief geweten wordt, wat tussen mensen gebeurt en wat de omgeving ons teruggeeft.

Buiten en in beweging zijn is daarin voor mij een bewuste keuze om die aanwezigheid en waarneming te versterken. Wanneer we naast elkaar gaan lopen, verandert er iets. We verlaten letterlijk de context waarin de vraag steeds opnieuw wordt beleefd. Het lichaam komt in beweging

en doet mee. Het tempo stemt zich gaandeweg op elkaar af, luisteren verandert en signalen die aan tafel gemakkelijk worden overstemd, worden beter waarneembaar.

De natuurlijke omgeving brengt daarin nog een andere laag. Ruimte, wind, zon, stilte, het landschap. Soms spiegelt de natuur iets waar we zelf het contact mee verloren waren. Soms vertraagt het gesprek vanzelf en soms staan we letterlijk ergens bij stil.

Eerst maar eens waarnemen. Hoofd, lichaam, intuïtie, de ander en de omgeving geven allemaal informatie. En soms ontstaat uit die verschillende vormen van intelligentie iets wat we met denken alleen niet konden vinden.

Dan kan zichtbaar worden wat zich misschien al veel langer aandient. En precies daar komt voor mij ook scherpte bij kijken. Liefdevol aanwezig zijn betekent namelijk niet dat alles zacht moet blijven. Soms zie ik een patroon dat zichzelf in stand houdt. Een verantwoordelijkheid die iemand draagt terwijl die daar misschien niet hoort. Een verschil tussen wat iemand zegt en wat ik ondertussen waarneem. Of een keuze die eigenlijk allang bekend is, maar waarvan de consequenties spannend zijn.

Dan moet ik soms iets teruggeven. Spiegelen.

Niet om voor de ander te bepalen wat waar is of wat er moet gebeuren. Wel om liefdevol eerlijk terug te geven wat ik waarneem en het vervolgens weer daar te laten waar het hoort. Dat is voor mij een belangrijk verschil. Want uiteindelijk is waarnemen niet vrijblijvend.

Er komt een moment waarop nóg beter begrijpen waarom je bent waar je bent, niets wezenlijks meer toevoegt. Je ziet het. Misschien weet je het diep vanbinnen zelfs al. De vraag wordt dan anders:

Welke beweging dient zich hier aan?

En misschien nog wel spannender: *durf jij die serieus te nemen?*

Dat geldt voor persoonlijke vragen, maar net zo goed voor leiderschap en complexe vragen in organisaties. Zien wat er werkelijk is, onderscheiden wat daarin te kiezen is en vervolgens verantwoordelijkheid nemen voor wat je ziet. Niet omdat iemand anders je vertelt wat de volgende stap moet zijn, maar omdat die beweging van jezelf wordt.

Mensen hebben mij na ontmoetingen weleens teruggegeven dat juist die aanwezigheid en de spiegel hielpen om iets aan te kijken wat spannend was. Om meer te vertrouwen op wat ze diep vanbinnen eigenlijk al wisten. Minder te controleren en vrijer te gaan staan voor een keuze.

Dat raakt mij. Omdat ik iedere keer opnieuw ervaar wat er kan gebeuren wanneer iemand zich werkelijk gezien weet en daardoor zelf weer scherper kan zien. Soms landt verantwoordelijkheid ineens waar die hoort. Wordt een keuze helder. Ontstaat opnieuw verbinding met jezelf en van daaruit met de ander. En soms reikt de beweging veel verder dan de vraag waarmee onze ontmoeting begon.

De grootste dankbaarheid ontstaat voor mij als het levens verrijkt. En eerlijk, dat gebeurt vaker dan je misschien zou vermoeden.

Dan ben ik stil. En vervult mijn hart zich met dankbaarheid omdat ik besef dat mensen mij uitnodigen bij wat voor hen werkelijk van betekenis is. Dat ik daar met alles wat het leven mij tot nu toe heeft geleerd, alles wat ik kan en ook gewoon met wie ik ben aanwezig mag zijn.

Misschien komen werk en leven voor mij precies daar bij elkaar. Niet alles wat ertoe doet is nu al zichtbaar. Niet alles hoeft begrepen te worden. Soms vraagt het om eenvoudigweg om te vertragen, te voelen, te luisteren en aandachtig genoeg aanwezig te zijn om waar te nemen wat zich al aandient. Maar blijkt dat eenvoudig weg helemaal niet eenvoudig te zijn.

En als ik me dat onderweg naar huis weer even realiseer, denk ik soms met enige verwondering:

Het zou je werk maar zijn.