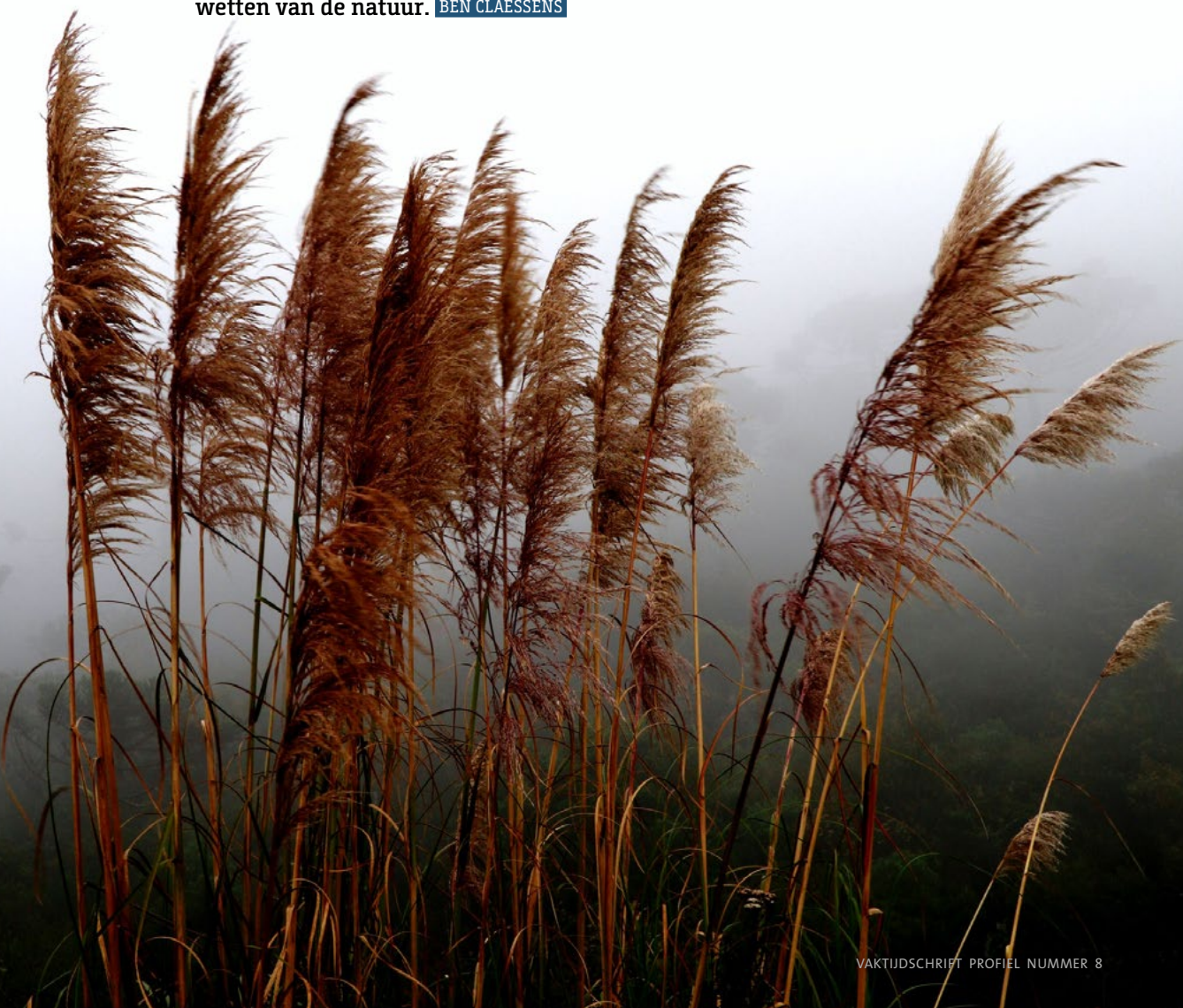


WENDBAARHEID EN VEERKRACHT -
EEN FLEXIBELE GEEST IN EEN WEERBARSTIGE WERELD

Meebewegen - een onvermijdelijke levensopgave

Het thema van deze uitgave is 'wendbaarheid', je zou kunnen zeggen 'meebewegen' en veerkracht tonen. Meebewegen is geen kwestie van vrijwilligheid, het is onvermijdelijk. De kracht die ons daartoe 'beweeft' – het leven zelf – is onweerstaanbaar. Door leren meebewegen leren we wat het leven van ons vraagt en onszelf steeds beter kennen. Dit vereist een flexibele geesteshouding. In feite is alles wat gebeurt en alles wat we doen een confrontatie, niet zelden een worsteling en uiteindelijk een omgang met de wetten van de natuur. **BEN CLAESSENS**



We gaan het in dit bestek niet specifiek hebben over organisaties en hoe deze wendbaarder kunnen worden en beter gaan functioneren als hun medewerkers wendbaar zijn. We gaan in op het fenomeen ‘wendbaarheid’ zelf, op ‘buigzaamheid’, de vaardigheid met het leven mee te bewegen. En in op de veerkracht, het vermogen de ups en downs van het bestaan aan te kunnen. Alles bij elkaar spreken we van adaptieve vermogens, iets wat niet alleen de werkomgeving van ons vraagt, het is waartoe ons leven ons (dringend en dwingend) uitnodigt, ieder moment en in iedere situatie weer, overal waar we gaan en zijn.

EEN EIS VAN HET LEVEN

Wendbaar zijn, is geen vrijblijvende keus, het is een eis die het leven aan ons oplegt. Wendbaar zijn vraagt om openheid, onbevangenheid, klaar om het nieuwe te ontvangen, immers, ieder moment is nieuw. Het leven doet daarom ieder moment een appél op ons om de benodigde onbevangenheid te wekken. Onbevangenheid is onmisbaar om wendbaar te zijn.

We zijn ons dat niet altijd bewust. Het is ons geschoolde en geconditioneerde bewustzijn dat ons laat vasthouden aan een bepaald denkframe – een verzameling (veelal aangeleerde) concepten, ideeën, gedachten, oordelen en neigingen. En de wijze waarop we die leven en uitdragen, wordt met name bepaald door onze patronen en conditionering.

KRAMPACHTIG VASTHOUDEN

Het zijn echter niet de concepten, ideeën en gedachten die ons minder wendbaar of zelfs star maken, ze

geven immers structuur aan ons leven, een doel om ergens naar toe te werken enzovoort. Nee, het is de krampachtigheid waarmee we eraan vasthouden, tegen de stroming van de veranderingen in die ons parten kan spelen en in problemen kunnen brengen.

Je kan het met riet vergelijken. Jong groen riet is zeer buigzaam, ook als het stormt. Ouder riet is stram, housterig en breekt bij flinke wind. Starheid leidt tot een leven in een zelfgebouwde vesting.

HET LEVEN IS VERANDERLIJKHEID

Onze manier van kijken, onze geestesgesteldheid, kan het bewustzijn vernauwen of het kan het bewustzijn openen en letterlijk de horizon verbreden. Star vasthouden aan bepaalde denkbeelden en oordelen werkt bewustzijn-vernauwend, dat gebeurt wanneer we het zogenaamde duale bewustzijn – de geest die denkt in tegenstellingen – ongelimiteerd z’n gang laten gaan. Daardoor ontstaan de hindernissen en weerstanden die we zelf creëren, de schermen die we zelf naar de buitenwereld toe optrekken. Aanpassing van denkbeelden of ze geheel vervangen, vraagt om de durf je blik letterlijk te vernieuwen en daarmee, soms ook, je eigen identiteit ter discussie te stellen. Dat vraagt om openheid, je kan ook zeggen, onbevangenheid. Ja, dezelfde onbevangenheid die we als pasgeborene en peuter konden ervaren en leven. Die openheid is de crux van alles en kunnen we opnieuw in de herinnering en praktijk brengen. Het is namelijk die openheid waarin alles gaande is, beweegt en verandert.

OPENHEID - WE ZIJN GEEN EILAND

Openheid of onbevangenheid (opnieuw) wekken, is in feite het proces om te leren meebewegen, de levende dynamiek van het bestaat toe te laten, waarbij ‘laten’ een kernbegrip is. Niet voeden betekent er niet door worden mee genomen, er niet aan vastklampen en daarmee ruimte scheppen en het leven ‘toelaten’.

KUNNEN MEEBEWEGEN
– HET DYNAMISCHE
VERMOGEN VRIJ TE
KUNNEN FUNCTIONEREN

Overigens mag wendbaarheid niet worden verward met ‘alle winden meewaaïen’. Integendeel. Het kan betekenen tegen de stroming inzwemmen, het hoofd boven het maaiveld uitsteken. Het betekent zien wat je te doen staat en daar gehoor aan geven, ook als het niet welgevallig is en dat men tegen ‘starre’ benen moet schoppen.

JEZELF OVERWINNEN

Kunnen meebewegen betekent in nogal wat gevallen jezelf overwinnen – weerstand, idealen, oude denkbeelden inruilen voor nieuwe, angsten, emoties enzovoort. Het leven is een worsteling en het is niet gemakkelijk de zekerheid die je ontleent aan bepaalde denkbeelden op te geven. Ons leven is één grote les en uitdaging wat zegt: kijk nog eens goed, klopt je zienswijze, je oordeel, dat zogenaamde feit, die theorie, je »



FOTO: FELIX MITTERMEIER - UNSPLASH

Net als in stromend water is ook in het leven geen moment hetzelfde

WENDBAAR ZIJN BETEKENT NIET 'MET ALLE WINDEN' MEEWAAIEN, INTEGENDEEL

vooronderstelling wel? Hoe kunnen zaken zó zeker zijn, zó vast staan wanneer alles, werkelijk alles ieder moment verandert?

VEERKRACHT

Het vermogen om dat wat opkomt, te kunnen 'laten', biedt de ruimte en openheid om over belemmeringen heen te stappen, om het 'nieuwe' en 'vernieuwde' van wat zich voordoet en van wat er gaande is, te kunnen zien en er op in te spelen. Je ziet wat de enorme consequentie hiervan is:

- De eigen levensweg tekent zich meer en meer af omdat men zich meer en meer leert en kan afstemmen op het actuele moment;
- Men beleeft de enorme dynamiek van het bestaan aan den lijve, immers in elk moment is het totale universum veranderd;
- Wie deze dynamiek kan ervaren, ervaart ook de verbondenheid van en met alles, want alles beweegt zich in de stroom van dit ogenblik;
- Je vastbijten in verschillen tussen mensen en groepen (discrimineren, uitsluiten) betekent de openheid en onbevangenheid van het moment en het leven missen waarin men de eenheid, de onlosmakelijke verbondenheid ervaart;
- Wie de openheid van het ogenblik kan zien, ervaart dat dit bestaan naar alle richtingen toe open is. We zitten nooit vast aan een enkel punt of een enkele richting;
- Je kan naar je idee fouten maken maar elk moment biedt een mogelijkheid het anders te doen, alles is immers open;
- Vanuit het vermogen om gedachten en gewoontes te kunnen laten, kom je anderen veel meer naderbij. Je ervaart dat in die openheid ook ieder medemens functioneert en actief bijdraagt aan wat jij doet en denkt;
- Alle modellen en structuren van organisaties, communicatie, samenleving enzovoort vinden in die openheid hun oorsprong.

DE AUTEUR IS HOOFDREDACTEUR VAN PLATFORM PROFIELACTUEEL EN UITGEVER VAN HET VAKTIJDSCHRIFT PROFIEL. HIJ IS TEVENS FORMEEL ZENLERAAR IN DE CHINEES-JAPANESE TRADITIE EN GEESTELIJK BEGELEIDER IN DE CHRISTELIJK MYSTIEKE TRADITIE.