

“De Verschuiving”

' Geheel onvoorbereid stappen we de middag van ons leven in. Erger nog, we nemen die stap in de foutieve veronderstelling dat onze waarheden en idealen ons zullen dienen als voorheen, maar we kunnen de middag niet leven volgens het ochtendprogramma.

Want dat wat 's ochtends geweldig was, 's middags niet meer zo geweldig is.

Want dat wat 's ochtends waar was, 's avonds een leugen geworden is.'

Carl Jung

Heel veel mensen stellen zich de vraag: 'Waarom ben ik hier?'

Waarom ben ik hier, is een vraag die naar boven komt wanneer we in een periode van ons leven zitten dat het niet zo goed gaat, dat we kampen met stormen in ons leven.

We zeggen dan eigenlijk: 'Ik wil iets vinden om te doen, ik heb van alles om te bieden en toch word ik door anderen niet begrepen, worden er lelijke dingen over mij gezegd.'

Het ego zegt ons dat de volgende uitspraken heel belangrijk voor ons zijn:

1. Ik ben wat ik heb
2. Ik ben wat ik doe
3. Ik ben wat anderen van mij zeggen

Mensen zijn op zoek om dingen te realiseren om de bovenstaande uitspraken kracht bij te zetten, maar het is de verkeerde richting!!!

Kijk naar de opvoeding van kinderen in de westerse wereld en we zien dat deze uitspraken ons al heel jong zijn ingeprint

De beste periode van ons leven, was de periode dat we veilig in de moederschoot zaten.

Daarna namen onze ouders en andere mensen de opvoeding over en ging het 'de verkeerde richting' uit.

De periode vanaf de conceptie tot de geboorte hoef je niets te doen, alles wordt geregeld: Je hoeft je niet druk te maken of alles wel op tijd komt. Alles komt perfect op tijd.

Wanneer we geboren zijn en in de armen van onze ouders liggen, kijken deze ons liefdevol aan en ze zeggen: “Dank je wel universum (of welk woord je daar ook voor gebruikt) het is perfect, maar nu nemen wij het verder over.

Het begin van ambitie is geboren

Tijdens onze opvoeding leren we van veel verschillende mensen en voorbeelden, dat we niet mogen vertrouwen op wie we zijn: we ontwikkelen ons EGO: ons ego draait bijna volledig op AMBITIE. We krijgen dus al heel vroeg ambities.

In het begin van de ambitiefase werd je geleerd: *dat je bent wat je hebt, wat je verzamelt, wat je bezit.*

De les wordt dan al snel: **hoe meer ik heb, des te beter ik als persoon ben.**

Alles moet groter, duurder, onze gedachten en ons gedrag richt zich snel op: *hoeveel spullen kunnen we krijgen en vergaren.*

Echter, het leven is een cyclisch: *alles komt en alles gaat.*

Wanneer we ons wanhopig vastklampen aan alles wat we hebben, kunnen we problemen krijgen. Want wat als we dat alles, of een deel ervan verliezen?

Wanneer we verliezen wat we 'hebben' worden we geconfronteerd met wat we niet (meer) hebben en we worden doodsbang.

We kijken dan naar anderen en worden jaloers als zij meer hebben dan ik.

We steken dus heel erg veel energie in het vergelijken van onszelf met anderen: *het leven wordt een competitie.*

De tweede les van het ego is: *Ik ben wat ik doe.*

Ik ben wat ik doe draait om presteren. Presteren is echt iets enorm belangrijk in het hele ambitie-gebeuren: *hoe meer ik doe, hoe meer ik bereik, hoe meer onderscheidingen ik krijg, ik versla de concurrenten.*

Al dat carrière gedoe wordt onze kinderen al vroeg geleerd, ook op school.

Je moet niet alleen zoveel mogelijk spullen vergaren, je moet je ook nog eens onderscheiden van anderen; de top en niets anders dan de top is belangrijk, als ik dáár ben dan zal ik gelukkig zijn. **Het is een illusie dit te denken. Als je die zogenaamde top bereikt hebt is het al snel gewoon, we gaan weer op zoek naar nóg groter, nóg beter, nóg duurder.**

Het probleem voor iedereen is, is dat als je bent wat je doet, dan ben je het niet als je het niet doet.

Wanneer we dan bijvoorbeeld onze baan verliezen, we met ouder worden bepaalde dingen niet meer kunnen, dat jongeren jouw 'doe ding' overnemen krijgen mensen vaak last van depressies, maken zich zorgen en zijn ze bang.

Je krijgt het gevoel dat je niet langer meetelt, dat je aan de zijlijn staat.

Ambitie heeft ook voordelen, maar wanneer we onze identiteit vorm geven door 'wat ik heb en wat ik doe' en ons 'geluk' daar aan ophangen heeft het ook vele en grote nadelen.

Daarmee kom ik op het derde aspect van het ego: *Ik word en ik ben wat anderen van me zeggen en denken.*

Dit gaat over je reputatie, die is erg belangrijk.

Bij jongeren noemen we dit *groepsdruk*. Het is de periode in hun leven waarin wat anderen van ze denken echt heel belangrijk is. Als we jong zijn, wordt ons geleerd dat het belangrijk is je naar anderen te conformeren: zorg dat anderen je aardig vinden. Je zult dan krijgen wat je wilt. **Wéér een illusie:** Het bestaat niet dat iedereen je aardig zal vinden. Toch doen we ons uiterste best om aardig gevonden te worden. Het resultaat? *Een verwijdering van jezelf.*

Terug naar de geboorte.

De volwassenen pakken dat perfecte wezentje op dat is voortgekomen uit een kracht waarbij het volmaakt is en waar alles al in zit dat het nodig heeft.

We pakken het op en gaan het 'op-voeden' of zouden we misschien beter zeggen 'af-voeden?'

We zadelen het wezentje met drie zware wrede eisen op:

Ik ben wat ik heb;

Ik ben wat ik doe;

Ik ben wat anderen van me zeggen.

DE VERSCHUIVING

Dat is de periode dat je weg wilt van blinde ambitie: vergaren, bezitten en verslaan. Je begint te beseffen hoe weinig voldoening het eigenlijk geeft en je gaat zien dat het niet 'alles' is.

Het is de periode dat je andere dingen waarneemt, dat je dezelfde zaken nog steeds doet maar nu bekeken vanuit een ander gezichtsveld

Je begint te beseffen dat je maar beperkt de tijd hebt in dit leven.

Je beseft dat je al zoveel tijd verspilt hebt met anderen de loef af te steken, je hebt al zoveel tijd gestoken in vergaren en zoveel tijd verloren met wat anderen over je zouden moeten zeggen.

Lees de uitspraak nog maar eens van Carl Jung.

'Geheel onvoorbereid stappen we de middag van ons leven in. Erger nog, we nemen die stap in de foutieve veronderstelling dat onze waarheden en idealen ons zullen blijven dienen als voorheen. Maar we kunnen de middag niet leven volgens het ochtendprogramma.

Want dat wat 's ochtends geweldig was, 's middags niet meer zo geweldig is.

Want dat wat 's ochtends waar was, 's avonds een leugen geworden is.'

Wat zeggen deze woorden van Jung ons?

Hier staat eigenlijk dat als we de zingevingsfase van ons leven ingaan, de middag, dan nemen we de ideeën, concepten, regels en richtlijnen mee van de ochtend die uitsluitend op ambitie zijn gericht: winnen, vergaren en aftroeven en die passen we toe in de middag van ons leven, terwijl in de middag-fase de **inhoud** van ons leven veel belangrijker dan ambitie is geworden. Het gaat dus botsen, en uiteindelijk leven we dan in een leugen.

Het probleem is dus dat we niet weten hoe we die middag-fase in moeten gaan.

In de zingevingsfase van ons leven gaan we als het ware terug naar de baarmoeder van onze moeders.

In de zingevingsfase kunnen we betekenis vinden door te vertrouwen op onze aard, te erkennen dat ik hier ben om meer te doen en te zijn dan alleen maar vergaren en beter zijn dan anderen. Vergaren en beter zijn heeft helemaal niets met zingeving te maken.

Abraham Maslow zei expliciet: "Dat als je jezelf wilt verwerkelijken en een betekenisvol leven wilt hebben dan moet je je als eerste losmaken van de mening van anderen. Het tweede wat je moet doen, is je losmaken van het resultaat.

Dit zijn de belangrijkste criteria van goed functionerende mensen."

Je losmaken van wat anderen over je zeggen is het tegenovergestelde van wat ons in de

ambitiefase is geleerd.

Het resultaat staat ook niet meer op de eerste plaats, ook daarvan moet je je losmaken, wat eveneens het tegenovergestelde is van wat ons is geleerd.

We gaan niet iets doen om te proberen een hoop geld te verdienen, je doet het omdat er iets in je is wat zegt dat dat de reden van je bestaan is.

Dat is wat je gaat creëren. Dat is jouw weg.

Als je dat eenmaal gaat voelen, wil je die middag-fase in en ga je die fase in bewapend met gewoontes overtuigingen en richtlijnen die in je voordeel en niet tegen je werken.

Je probeert **niet** langer een gevoel van vervulling en inhoud te vinden door jezelf doelen te stellen hoe je anderen kunt verslaan, door je zorgen te maken over geld en of andere mensen het goedkeuren.

THEMADAG

De tekst in het eerste gedeelte van dit artikel wordt in een speciale themadag verder uitgewerkt.

De themadag maakt deel uit van een drieluik.

Rond dit onderwerp organiseer ik ook nog een **themaweek** waarin “De Middag” nader wordt bekeken, verder wordt uitgediept. **Dat is het tweede deel van de drieluik.** Meer informatie over de themaweek krijgt u te horen op deze themadag.

Het derde luik gaat over mensen zoals u en ik. Zoals de meeste van jullie weten start ik begin oktober met het opnemen van 'levensverhalen' van mensen. Ieder mens heeft zijn of haar verhaal. Ieder verhaal zit boordevol levenslessen. Vanuit deze levenslessen zal ik mijn nieuwe boek vorm geven.

Terug naar de themadag.

In de ochtenduren geef ik een heldere uitleg over de verschuiving van “de ochtend naar de middag” van ons leven.

In de middaguren laat ik een film zien die speciaal gemaakt is rond dit onderwerp. Enkele filmfragmenten worden er uitgelicht en deze gaan we samen verder uitwerken: samen in de groep of in kleine groepjes.

Het is een inspirerende dag, waarbij je jezelf een spiegel zal voorhouden en waarbij je in contact komt met delen van jezelf die om verandering vragen.

Waar

De themadag gaat door in het **Rustpunt in Gent** Burgstraat 46 (in de buurt van het Gravenkasteel)

Wanneer

Omdat niet iedereen in de gelegenheid is om de themadag tijdens de werkdagen te volgen, heb ik gekozen om deze op **zondag 29 november 2009** te houden.

Hoe laat

We beginnen om **10.00 uur** en eindigen om **17.00 uur**.

Wat kost het

De themadag, inclusief koffie/thee in de pauzes en een warm middagmaal: **EUR 30.00**

Aanmelden is noodzakelijk, betalen kan op de dag zelf.

Ik hoop jullie te mogen ontmoeten op deze speciale themadag.

Inlichtingen via: harrydebock@zeelandnet.nl